

# 文教福祉委員会

令和7年1月24日

## 1 陳情審査

### (1) 新たに送付された陳情

- ・送付6-47 千代田区における住宅確保要配慮者への支援体制についての陳情

## 2 報告事項

### 【子ども部】

- (1) 令和6年度 体力調査（都）の結果について 【資料】

- (2) 学童クラブ等の運営事業者選定結果について 【資料】

### 【保健福祉部】

- (1) 地域福祉交通「風ぐるま」の減便について 【資料】

- (2) 千代田区低所得世帯に対する価格高騰特別支援給付金（追加分）  
支給事業について 【資料】

- (3) ポータルサイト版 千代田区の良かったこと調査の実施について 【資料】

- (4) (仮称) 神田錦町三丁目施設整備の進捗について 【資料】

- (5) 第三次健康千代田21の素案について 【資料】

## 3 その他

文教福祉委員会 送付6-47

千代田区における住宅確保要配慮者への支援体制についての陳情

受付年月日 令和6年12月9日

陳情者 提出者 1名

住所： 

## 千代田区における住宅確保要配慮者への支援体制についての陳情

標題に関しまして、千代田区における居住支援協議会の在り方および住宅確保要配慮者（以下、要配慮者）に対する支援やその対象範囲は不十分であり、障害のある私個人を含め、千代田区に住み続けたいと願っている人々が安心して暮らし続けるような支援体制を構築していただきたく、この文書を提出致します。

## ① 千代田区の居住支援協議会と障害者の住居に関する現状について

千代田区の居住支援協議会は、障害者を要配慮者から排除していることが過去の議事録からも明白です。まず、参加者の有識者、関係機関および所管課に障害者福祉に関わる専門家が一人もいません。仮に障害福祉に関わる専門機関が不在であっても、障害者を要配慮者として捉えているのであれば、少なくとも障害者の議論がなされるはずだが、一切話題として出ておらず、高齢者を対象とした議論が大半です。

障害者は障害福祉サービスにおけるグループホームが利用出来るから問題はないのでしょうか。障害者と一言と言っても、障害種別やその程度、生育歴等によって一人ひとりの意向や向き不向きは千差万別であり、当然一人暮らしを望む人も多くいます。私個人としては精神障害があり、障害者年金だけではなく生活保護も受給しているが、区内のアパートは家賃が高く、住宅扶助で足りない部分は生活扶助から捻出せざるを得ません。障害者年金から住宅扶助および障害者加算を除いた2,000円が私の生活扶助です。物価高騰の煽りも受け、私の生活基準は健康で文化的な最低限度を満たしていません。

こういった現状の中、私は生活基盤を整え一刻も早く復職をしたいが、生活基盤が崩壊しているので復職に向けた動きが上手く出来ていません。区営住宅は高齢者を対象としたものばかりで申請したくても空き情報はほとんど無く、区民住宅は所得要件不一致で入居条件に合いません。よって、今の住まいから脱却することは未だ叶っていません。千代田区は早期に障害者が置かれたこの厳しい現状を正しく把握し、居住支援協議会が支援を行う対象者に障害者を加え、障害者や低額所得者も含めた居住支援体制を構築するべきです。

## ② 国土交通省および東京都が示す居住支援協議会の在り方と今後について

参考資料をご参照ください。資料においては明確に障害者を要配慮者に位置付けています。障害者のニーズと高齢者のニーズは異なり、不動産会社からしても高齢者の受け入れと障害者の受け入れとはハードルの質が異なります。人口が増え続けている千代田区においては、公的賃貸住宅の供給量を増やし、住宅環境の整備を行っていく必要があるのではないのでしょうか。また、資料が示す通り、入居の促進や相談窓口の開設、関連機関との情報共有や話し合いを通して、障害者や低額所得者も住まいに困ることが無いような千代田区の支援体制の構築の実現を強く求めます。

以上



<https://www.mlit.go.jp/mlit-search.html?q=住宅確保要配慮者> で検索  
[www.mlit.go.jp/house/jutakukentiku\\_house\\_fr3\\_000019](http://www.mlit.go.jp/house/jutakukentiku_house_fr3_000019)  
[www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/content](http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/content) 001475162.pdf

「住宅確保要配慮者の範囲」で検索

<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkai/https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/content/001475162.pdf>

「住宅確保要配慮者」について

- 1 ① 低額所得者。(月収15.8万円(収入分位25%)以下)。  
 ② 被災者(発災後3年以内)。
- 2 ③ 高齢者。
- 3 ④ 障害者。
- 4 ⑤ 子ども(高校生相当まで)を養育して、いる者

「住宅確保要配慮者 入居円滑化マニュアル - 国土交通省」で検索

<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkai/https://www.mlit.go.jp/common/001345718.pdf>

住宅確保要配慮者入居円滑化マニュアル

- |                        |       |     |
|------------------------|-------|-----|
| 1 居住の安定確保支援事業(生活保護受給者) | 上記に追加 | P18 |
| 5 DV被害者                | 上記に追加 |     |
| 6 児童養護施設退所者            | 上記に追加 |     |

[https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku\\_house\\_tk3\\_000002.html](https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000002.html)

高齢者、障害者等の住宅セーフティネットの充実

住生活基本法(平成18年法律第61号)に基づく住生活基本計画(全国計画)(平成23年3月閣議決定)において、「住宅確保に特に配慮を要する者の居住の安定の確保」等が目標として掲げられ、国土交通省においては目標達成のための基本的な施策として、

- ・サービス付きの高齢者向け住宅の供給促進
- ・高齢者、障害者等の地域における福祉拠点等を構築するための生活支援施設の設置促進
- ・低額所得者等への公平かつ的確な公営住宅の供給
- ・各種公的賃貸住宅の一体的運用や柔軟な利活用等の推進
- ・高齢者向け賃貸住宅の供給、公的住宅と福祉施設の一体的整備等を位置づけております。

#### 住宅確保要配慮者に対する賃貸住宅の供給の促進に関する法律

(市町村賃貸住宅供給促進計画)

##### 第六条

2 市町村賃貸住宅供給促進計画においては、次に掲げる事項を記載するものとする。

- イ 住宅確保要配慮者に対する公的賃貸住宅の供給の促進に関する事項
- ロ 住宅確保要配慮者の民間賃貸住宅への円滑な入居の促進に関する事項
- ハ 住宅確保要配慮者が入居する賃貸住宅の管理の適正化に関する事項

#### 第七章 住宅確保要配慮者に対する賃貸住宅の供給の促進に関する施策

(公的賃貸住宅の供給の促進)

##### 第五十三条

国及び地方公共団体は、所得の状況、心身の状況、世帯構成その他の住宅確保要配慮者の住宅の確保について配慮を必要とする事情を勘案し、既存の公的賃貸住宅の有効活用を図りつつ、公的賃貸住宅の適切な供給の促進に関し必要な施策を講ずるよう努めなければならない。

2 公的賃貸住宅の管理者は、公的賃貸住宅の入居者の選考に当たり、住宅確保要配慮者の居住の安定に配慮するよう努めなければならない。

## 公営住宅法

(この法律の目的)

## 第一条

この法律は、国及び地方公共団体が協力して、健康で文化的な生活を営むに足りる住宅を整備し、これを住宅に困窮する低額所得者に対して低廉な家賃で賃貸し、又は転貸することにより、国民生活の安定と社会福祉の増進に寄与することを目的とする。

## (用語の定義)

## 第二条

この法律において、次の各号に掲げる用語の意義は、それぞれ当該各号に定めるところによる。

一 地方公共団体市町村及び都道府県をいう。

二 公営住宅地方公共団体が、建設、買取り又は借上げを行い、低額所得者に賃貸し、

又は転貸するための住宅及びその附帯施設で、この法律の規定による国の補助に係るものをいう。

三 公営住宅の建設公営住宅を建設することをいい、公営住宅を建設するために必要な土地の所有権、地上権若しくは土地の賃借権を取得し、

又はその土地を宅地に造成すること（以下「公営住宅を建設するための土地の取得等」という。）を含むものとする。

四 公営住宅の買取り公営住宅として低額所得者に賃貸するために必要な住宅及びその附帯施設を買取ることをいい、

その住宅及び附帯施設を買取るために必要な土地の所有権、

地上権又は土地の賃借権を取得すること（以下「公営住宅を買取るための土地の取得」という。）を含むものとする。

五 公営住宅の建設等公営住宅の建設又は公営住宅の買取りをいう。

六 公営住宅の借上げ公営住宅として低額所得者に転貸するために必要な住宅及びその附帯施設を賃借することをいう。

七 公営住宅の整備公営住宅の建設等又は公営住宅の借上げをいう。

八 公営住宅の供給公営住宅の整備及び管理をすることをいう。

## 東京都

引用元：[https://www.iuutakuseisaku.metro.tokyo.lg.jp/iuutaku\\_seisaku/ha\\_council/data/brochure.pdf](https://www.iuutakuseisaku.metro.tokyo.lg.jp/iuutaku_seisaku/ha_council/data/brochure.pdf)

住宅セーフティネット法に基づく居住支援協議会について

03-5320-4932

東京都居住支援協議会

(事務局)東京都都市整備局住宅政策推進部住宅政策課

住宅確保要配慮者（低額所得者、被災者、高齢者、障害者、子どもを養育している者その他住宅の確保に特に配慮を要する者）

の民間賃貸住宅への円滑な入居の促進を図るため、

地方公共団体、不動産関係団体、居住支援団体等が連携し、住宅確保要配慮者及び民間賃貸住宅の賃貸人の双方に対し、

住宅情報の提供等の支援を実施する組織です。

居住支援に関する情報を関係者間で共有し、密接な連携の上で、必要な支援策について協議することで、

行政だけでは解決できなかった課題が、地域の団体と行政との協働による取組で解決されることが期待されます。

居住支援協議会については、住宅確保要配慮者に対する賃貸住宅の供給の促進に関する法律（住宅セーフティネット法）第51条に規定されています。

“住宅確保要配慮者”が、民間賃貸住宅に円滑に入居できるよう、みんなで情報交換や協議などをしながら、様々な活動を行っているのが、“居住支援協議会”

市区町村の居住支援協議会

地域の実情に応じて、住宅確保要配慮者への支援に係る具体的な取組を実施

居住支援協議会における取組の方向性

① 居住支援協議会は、多様な主体が連携し、活動する組織です。地域の実状を踏まえて、協議会の活動内容を定め、それに応じた体制を構築することが求められます。

② 関係者への理解促進 住宅確保要配慮者が円滑に入居できるようになるには、家主や不動産店、地域等に対して理解を促進し、協力体制を構築することが不可欠です。

③ 相談窓口の開設

住宅確保要配慮者の特性に応じて、居住支援は大きく異なります。相談窓口では必要な情報を一元的に提供できる体制が求められます。

④ 住宅確保と 情報提供

地域の家主や不動産店の協力を得て、住宅確保要配慮者が入居を拒まれない住宅を確保することと、住宅情報をきめ細かく提供していくことが求められます。

⑤ 居住支援 サービス

円滑な入居を行うためには、入居時における家賃債務保証や保証人の確保等の入居支援だけでなく、

入居後の見守りなどを行う生活支援などの担い手を確保することも欠かせません。

● 住宅セーフティネット制度の概要<国（国土交通省）>

...

## 千代田区

引用元：<https://www.city.chiyoda.lg.jp/koho/kenko/shisaku/kvojiushien.html>

千代田区の居住支援協議会

家賃滞納、近隣トラブル、孤立死への不安などから家主の承諾が得られにくかったり、保証人の確保が困難だったりするため、賃貸住宅に入居しづらい方々があります。

区ではこれらの住宅確保に配慮が必要な方々や民間賃貸住宅の賃貸人双方に対して必要な支援策を検討するため、

不動産関係団体などと連携して住宅セーフティネット法（「住宅確保要配慮者に対する賃貸住宅の供給の促進に関する法律」

（平成19年制定））に基づく「居住支援協議会」を、平成28年7月に設置しました。

## 令和6年度 体力調査（都）の結果について

### 1 対象

小学校、中学校、中等教育学校全学年

### 2 調査項目（実技）

小学校：握力（筋力）、上体起こし（筋力・筋持久力）、長座体前屈（柔軟性）、  
反復横跳び（敏捷性）、20mシャトルラン（全身持久力）、50m走（走力）、  
立ち幅跳び（瞬発力）、ソフトボール投げ（投力・巧緻性） 計8種目

中学校：握力（筋力）、上体起こし（筋力・筋持久力）、長座体前屈（柔軟性）、  
反復横跳び（敏捷性）、20mシャトルラン又は持久走（全身持久力）、50m走（走力）、  
立ち幅跳び（瞬発力）、ハンドボール投げ（投力・巧緻性） 計8（9）種目

### 3 実施期日

令和6年6月中

### 4 調査結果

#### 【小学校（男子）】

- ・全学年で握力、反復横とび、立ち幅とびの値が都平均値より高い。
- ・3年生を除いて20mシャトルランの値が都平均より高い。
- ・1年生を除いて50m走の値が都平均値より高い。
- ・1年生を除いてソフトボール投げの値が都平均値より高い。
- ・全学年で長座体前屈の値が都平均値より低い。
- ・2、4年生を除いて上体起こしの値が都平均値より低い。

#### 【小学校（女子）】

- ・全学年で反復横跳びの値が都平均値より高い。
- ・3、5年生を除いて握力の値が都平均値より高い。
- ・2、3、4年生は上体起こしの値が都平均より高い。
- ・3、6年生を除いて20mシャトルランの値が都平均値より高い。
- ・1、2年生を除いて50m走の値が都平均値より高い。
- ・5年生を除いて立ち幅とびの値が都平均値より高い。
- ・3、6年生を除いて長座体前屈の値が都平均値より低い。
- ・6年生を除いてソフトボール投げの値が都平均値より低い。

#### 【中学校（男子）】

- ・全学年で反復横跳び、持久走、20mシャトルラン、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの値が都平均値より高い。
- ・全学年で握力、上体起こしの値が都平均より低い。
- ・2年生を除いて長座体前屈の値が都平均値より低い。

#### 【中学校（女子）】

- ・全学年で長座体前屈、反復横とび、持久走、立ち幅とびの値が都平均値より高い。
- ・2年生を除いて20mシャトルランの値が都平均値より高い。
- ・1年生を除いてハンドボール投げの値が都平均より高い。
- ・全学年で握力、上体起こしの値が都平均より低い。
- ・1年生を除いて50m走の値が都平均より低い。

#### 5 今後について

今後も引き続き、自分の健康に関心を持ち、体力を高め、運動習慣を身に付けることができるよう、以下の取組を通し、各学校・園の取組を支援・助言していく。

- コーディネーショントレーニングのより一層の推進を図り、脳と心と身体に刺激を与え、身体操作を高めたり、運動の学習能力を高めたりすることができるようにする。
- 体育の授業において、児童生徒が主体的に運動に関わり、楽しみながら活動できる授業改善を行う。小学校及び中学校の教育会を中心に体育授業の改善及び普及を目指す。
- 保健領域の授業において、心と身体つながりを知り、自分に合った運動との関わりについて考え、健康教育及び生涯スポーツにつなげることができるようにする。

令和6年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果（東京都と千代田区の比較）男子

東京都		学年	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50M走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均
男子	小学校	1年	116.82	21.45	8.76	11.41	26.83	26.24										17.36	11.9	112.89	7.83				
		2年	123.28	24.53	10.62	14.06	28.33	30.25										25.89	10.93	123.46	11.1				
		3年	129.11	27.8	12.45	16.3	30.56	34										34.84	10.29	133.71	14.53				
		4年	134.25	31.18	14.2	18.16	32.24	37.5										41.03	9.92	142.06	17.53				
		5年	140.19	35.72	16.36	19.62	34.59	40.64										46.68	9.56	150.78	20.41				
		6年	146.42	39.7	19.37	21.28	36.59	43.9										53.91	9.09	162.45	23.97				
	中学校	1年	154.1	45.66	23.76	23.27	40.3	48.52	460.4	63.49	8.75	179.49	17.81												
		2年	161.7	50.75	29.4	25.67	43	51.52	423.08	75.49	8.1	198.89	20.57												
		3年	166.62	55.57	33.63	27.71	47	53.75	402.18	79.94	7.75	210.72	23.3												
高等学校	1年	169.21	58.52	35.6	28.24	49.01	55.97	408.21	63.14	7.67	220.11	22.84													
	2年	170.22	59.34	37.12	28.9	48.14	56.31	403.66	84.32	7.5	222.38	23.41													
	3年	171.2	61.13	38	29.41	49.53	57.04	399.12	82.58	7.52	225.83	24.24													
千代田区		学年	参加人数	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)	
区-都	区			区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区
男子	小学校	1年	247	0.94	117.76	-0.01	21.44	0.35	9.11	-0.27	11.14	-1.72	25.11	0.64	26.9			0.60	17.96	0.14	12.04	1.68	114.57	-0.17	7.66
		2年	280	0.28	123.56	-0.24	24.29	0.03	10.65	0.13	14.19	-0.61	27.72	0.14	30.4			1.78	27.67	-0.03	10.90	2.97	126.43	0.01	11.11
		3年	270	0.25	129.36	-0.04	27.76	0.24	12.69	-0.24	16.06	-0.23	30.33	2.48	36.5			-1.39	33.45	-0.14	10.15	1.52	135.23	0.25	14.78
		4年	323	1.09	135.34	0.37	31.55	1.01	15.21	0.48	18.64	-0.51	31.73	2.24	39.7			2.59	43.62	-0.23	9.69	4.86	146.92	1.16	18.69
		5年	298	140.74	140.74	-0.11	35.61	0.45	16.81	-0.33	19.29	-1.05	33.54	1.90	42.5			1.74	48.42	-0.05	9.51	1.65	152.43	0.59	21.00
		6年	283	0.59	147.01	0.11	39.81	0.04	19.41	-0.57	20.71	-0.69	35.90	1.49	45.4			0.10	54.01	-0.11	8.98	1.39	163.84	0.33	24.30
	中学校	1年	133	1.17	155.27	-0.51	45.15	-0.97	22.79	-2.18	21.09	-1.50	38.80	2.09	50.61	-11.99	448.41	0.83	64.32	-0.17	8.58	7.46	186.95	0.09	17.90
		2年	174	5.79	167.49	4.79	55.54	-0.81	28.59	-1.22	24.45	5.64	48.64	0.81	52.33	-5.57	417.51	3.10	78.59	-0.10	8.00	8.65	207.54	1.85	22.42
		3年	194	1.55	168.17	0.58	56.15	-0.93	32.70	-1.27	26.44	-0.54	46.46	0.42	54.17	-0.64	401.54	2.04	81.98	-0.10	7.65	8.03	218.75	0.93	24.23
高等学校	1年	72	0.64	169.85	-0.55	57.97	-0.68	34.92	2.63	30.87	7.63	56.64	2.79	58.76	-18.73	389.48			-0.17	7.50	10.59	230.70	0.90	23.74	
	2年	76	-0.13	170.09	-2.18	57.16	-2.59	34.53	1.03	29.93	0.43	48.57	-0.73	55.58			5.04	89.4	-0.17	7.33	0.94	223.32	-1.46	21.95	
	3年	70	0.87	172.07	-0.55	60.58	-2.24	35.76	-0.15	29.26	1.56	51.09	0.19	57.23	4.52	403.64			-0.14	7.38	9.97	235.80	-0.73	23.51	

※ 区結果（種目）については、東京都の調査結果と比較し、東京都を上回っている種目を青塗りで、下回っているものを赤塗りで示しています。

※ 中学校、高等学校の持久走、20mシャトルランはどちらか1種目の選択となりますが、どちらも実施する学校もあります。



令和6年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果（東京都と千代田区の比較）女子

東京都	学年		身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50M走(秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均
女子	小学校	1年		115.79		20.93		8.17		10.66		29.11		25.38				14.11		12.24		104.67		5.27	
		2年		122.12		23.69		9.78		13.28		31.16		29.08				20.43		11.25		115.59		7.02	
		3年		127.85		26.86		11.58		15.39		33.87		31.89				25.14		10.66		124.93		8.94	
		4年		133.9		30.34		13.38		16.94		36.2		35.45				29.77		10.25		133.74		10.91	
		5年		141.21		35.06		16.05		18.68		38.73		38.81				35.93		9.79		143.9		12.89	
		6年		147.71		39.84		18.89		19.88		41.39		41.61				40.69		9.38		152.02		14.84	
	中学校	1年		152.75		44.27		21.23		20.32		43.63		44.57	331.56		43.6		9.27		162.69		11.2		
		2年		155.19		47.27		23.29		21.24		45.55		45.82	312.84		49.49		9.07		165.64		12.17		
		3年		157.03		49.48		24.34		22.44		46.86		46.52	310.5		49.24		8.92		169.63		13.47		
高等学校	1年		157.85		50.08		24.45		21.92		47.8		47.97	324.8		47.09		9.09		173.07		12.53			
	2年		158.31		51.47		25.08		22.99		48.96		48.37	322.12		50.52		9.03		171.94		13.02			
	3年		158.71		51.77		25.49		23.76		48.93		49.08	315.06		49.66		9.05		176.33		13.56			
千代田区	学年	参加人数	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走(秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	
女子	小学校	1年	256	1.00	116.79	0.24	21.17	0.08	8.25	-0.25	10.41	-2.39	26.72	1.15	26.53			1.11	15.22	0.05	12.29	1.21	105.88	-0.29	4.98
		2年	281	0.51	122.63	-0.18	23.51	0.56	10.34	0.69	13.97	-1.28	29.88	0.39	29.47			0.09	20.52	0.00	11.25	2.59	118.18	-0.26	6.76
		3年	246	0.88	128.73	0.17	27.03	-0.09	11.49	0.19	15.58	0.78	34.65	1.33	33.22			-0.90	24.24	-0.09	10.57	0.89	125.82	-0.22	8.72
		4年	242	1.41	135.31	0.82	31.16	0.73	14.11	0.11	17.05	-0.72	35.48	1.90	37.35			1.02	30.79	-0.07	10.18	2.80	136.54	-0.04	10.87
		5年	228	-0.04	141.17	-0.45	34.61	-0.48	15.57	-0.36	18.32	-0.69	38.04	0.66	39.47			0.45	36.38	-0.04	9.75	-0.93	142.97	-0.36	12.53
		6年	272	1.05	148.76	0.56	40.40	0.66	19.55	-0.21	19.67	1.32	42.71	2.53	44.14			-0.03	40.66	-0.18	9.20	4.95	156.97	0.28	15.12
	中学校	1年	162	0.25	153.00	-1.67	42.60	-1.41	19.82	-2.18	18.14	0.56	44.19	1.79	46.36	-6.85	324.71	2.75	46.35	-0.19	9.08	5.96	168.65	-0.68	10.52
		2年	159	1.24	156.43	-1.39	45.88	-1.58	21.71	-0.48	20.76	5.81	51.36	1.40	47.22	-1.46	311.38	-2.95	46.54	0.42	9.49	7.19	172.83	0.24	12.41
		3年	159	0.06	157.09	-1.11	48.37	-1.59	22.75	-1.09	21.35	2.75	49.61	2.05	48.57	-2.74	307.76	1.88	51.12	0.05	8.97	7.69	177.32	0.25	13.72
高等学校	1年	75	0.88	158.73	-0.79	49.29	0.00	24.45	-0.42	21.50	2.46	50.26	0.74	48.71	-1.75	323.05			-0.01	9.08	7.44	180.51	-0.57	11.96	
	2年	70	0.39	158.70	0.05	51.52	-0.67	24.41	0.74	23.73	3.64	52.60	-0.14	48.23			0.71	51.23	-0.05	8.98	-2.05	169.89	-1.25	11.77	
	3年	74	0.53	159.24	-0.06	51.71	-0.61	24.88	0.48	24.24	-1.73	47.20	0.15	49.23	-11.32	303.74	0.34	50.00	-0.07	8.98	11.29	187.62	-0.72	12.84	

※ 区結果（種目）については、東京都の調査結果と比較し、東京都を上回っている種目を青塗りで、下回っているものを赤塗りで示しています。

※ 中学校、高等学校の持久走、20mシャトルランはどちらか1種目の選択となりますが、どちらも実施する学校もあります。

令和6年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果（東京都と千代田区の比較）男子

東京都		学年	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50M走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均	平均
男子	小学校	1年		116.82		21.45		8.76		11.41		26.83		26.24				17.36		11.9		112.89		7.83	
		2年		123.28		24.53		10.62		14.06		28.33		30.25				25.89		10.93		123.46		11.1	
		3年		129.11		27.8		12.45		16.3		30.56		34				34.84		10.29		133.71		14.53	
		4年		134.25		31.18		14.2		18.16		32.24		37.5				41.03		9.92		142.06		17.53	
		5年		140.19		35.72		16.36		19.62		34.59		40.64				46.68		9.56		150.78		20.41	
		6年		146.42		39.7		19.37		21.28		36.59		43.9				53.91		9.09		162.45		23.97	
	中学校	1年		154.1		45.66		23.76		23.27		40.3		48.52		460.4		63.49		8.75		179.49		17.81	
		2年		161.7		50.75		29.4		25.67		43		51.52		423.08		75.49		8.1		198.89		20.57	
		3年		166.62		55.57		33.63		27.71		47		53.75		402.18		79.94		7.75		210.72		23.3	
高等学校	1年		169.21		58.52		35.6		28.24		49.01		55.97		408.21		63.14		7.67		220.11		22.84		
	2年		170.22		59.34		37.12		28.9		48.14		56.31		403.66		84.32		7.5		222.38		23.41		
	3年		171.2		61.13		38		29.41		49.53		57.04		399.12		82.58		7.52		225.83		24.24		
千代田区		学年	参加人数	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走 (秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)	
区-都	区			区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区
男子	小学校	1年	247	0.94	117.76	-0.01	21.44	0.35	9.11	-0.27	11.14	-1.72	25.11	0.64	26.9			0.60	17.96	0.14	12.04	1.68	114.57	-0.17	7.66
		2年	280	0.28	123.56	-0.24	24.29	0.03	10.65	0.13	14.19	-0.61	27.72	0.14	30.4			1.78	27.67	-0.03	10.90	2.97	126.43	0.01	11.11
		3年	270	0.25	129.36	-0.04	27.76	0.24	12.69	-0.24	16.06	-0.23	30.33	2.48	36.5			-1.39	33.45	-0.14	10.15	1.52	135.23	0.25	14.78
		4年	323	1.09	135.34	0.37	31.55	1.01	15.21	0.48	18.64	-0.51	31.73	2.24	39.7			2.59	43.62	-0.23	9.69	4.86	146.92	1.16	18.69
		5年	298	0.55	140.74	-0.11	35.61	0.45	16.81	-0.33	19.29	-1.05	33.54	1.90	42.5			1.74	48.42	-0.05	9.51	1.65	152.43	0.59	21.00
		6年	283	0.59	147.01	0.11	39.81	0.04	19.41	-0.57	20.71	-0.69	35.90	1.49	45.4			0.10	54.01	-0.11	8.98	1.39	163.84	0.33	24.30
	中学校	1年	133	1.17	155.27	-0.51	45.15	-0.97	22.79	-2.18	21.09	-1.50	38.80	2.09	50.61	-11.99	448.41	0.83	64.32	-0.17	8.58	7.46	186.95	0.09	17.90
		2年	174	5.79	167.49	4.79	55.54	-0.81	28.59	-1.22	24.45	5.64	48.64	0.81	52.33	-5.57	417.51	3.10	78.59	-0.10	8.00	8.65	207.54	1.85	22.42
		3年	194	1.55	168.17	0.58	56.15	-0.93	32.70	-1.27	26.44	-0.54	46.46	0.42	54.17	-0.64	401.54	2.04	81.98	-0.10	7.65	8.03	218.75	0.93	24.23
	高等学校	1年	72	0.64	169.85	-0.55	57.97	-0.68	34.92	2.63	30.87	7.63	56.64	2.79	58.76	-18.73	389.48			-0.17	7.50	10.59	230.70	0.90	23.74
		2年	76	-0.13	170.09	-2.18	57.16	-2.59	34.53	1.03	29.93	0.43	48.57	-0.73	55.58			5.04	89.4	-0.17	7.33	0.94	223.32	-1.46	21.95
		3年	70	0.87	172.07	-0.55	60.58	-2.24	35.76	-0.15	29.26	1.56	51.09	0.19	57.23	4.52	403.64			-0.14	7.38	9.97	235.80	-0.73	23.51

※ 区結果（種目）については、東京都の調査結果と比較し、東京都を上回っている種目を青塗りで、下回っているものを赤塗りで示しています。  
 ※ 中学校、高等学校の持久走、20mシャトルランはどちらか1種目の選択となりますが、どちらも実施する学校もあります。

令和6年度 東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査結果（東京都と千代田区の比較）女子

東京都	学年		身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走(秒)		20mシャトルラン(回)		50M走(秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			平均		平均		平均		平均		平均		平均		平均		平均		平均		平均		平均		
女子	小学校	1年		115.79		20.93		8.17		10.66		29.11		25.38				14.11		12.24		104.67		5.27	
		2年		122.12		23.69		9.78		13.28		31.16		29.08				20.43		11.25		115.59		7.02	
		3年		127.85		26.86		11.58		15.39		33.87		31.89				25.14		10.66		124.93		8.94	
		4年		133.9		30.34		13.38		16.94		36.2		35.45				29.77		10.25		133.74		10.91	
		5年		141.21		35.06		16.05		18.68		38.73		38.81				35.93		9.79		143.9		12.89	
		6年		147.71		39.84		18.89		19.88		41.39		41.61				40.69		9.38		152.02		14.84	
	中学校	1年		152.75		44.27		21.23		20.32		43.63		44.57	331.56			43.6		9.27		162.69		11.2	
		2年		155.19		47.27		23.29		21.24		45.55		45.82	312.84			49.49		9.07		165.64		12.17	
		3年		157.03		49.48		24.34		22.44		46.86		46.52	310.5			49.24		8.92		169.63		13.47	
高等学校	1年		157.85		50.08		24.45		21.92		47.8		47.97	324.8			47.09		9.09		173.07		12.53		
	2年		158.31		51.47		25.08		22.99		48.96		48.37	322.12			50.52		9.03		171.94		13.02		
	3年		158.71		51.77		25.49		23.76		48.93		49.08	315.06			49.66		9.05		176.33		13.56		
千代田区	学年	参加人数	身長 (cm)		体重 (kg)		握力 (kg)		上体起こし (回)		長座体前屈 (cm)		反復横とび (点)		持久走(秒)		20mシャトルラン (回)		50m走 (秒)		立ち幅とび (cm)		ソフトボール投げ(m) ハンドボール投げ(m)		
			区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	区-都	区	
女子	小学校	1年	256	1.00	116.79	0.24	21.17	0.08	8.25	-0.25	10.41	-2.39	26.72	1.15	26.53			1.11	15.22	0.05	12.29	1.21	105.88	-0.29	4.98
		2年	281	0.51	122.63	-0.18	23.51	0.56	10.34	0.69	13.97	-1.28	29.88	0.39	29.47			0.09	20.52	0.00	11.25	2.59	118.18	-0.26	6.76
		3年	246	0.88	128.73	0.17	27.03	-0.09	11.49	0.19	15.58	0.78	34.65	1.33	33.22			-0.90	24.24	-0.09	10.57	0.89	125.82	-0.22	8.72
		4年	242	1.41	135.31	0.82	31.16	0.73	14.11	0.11	17.05	-0.72	35.48	1.90	37.35			1.02	30.79	-0.07	10.18	2.80	136.54	-0.04	10.87
		5年	228	-0.04	141.17	-0.45	34.61	-0.48	15.57	-0.36	18.32	-0.69	38.04	0.66	39.47			0.45	36.38	-0.04	9.75	-0.93	142.97	-0.36	12.53
		6年	272	1.05	148.76	0.56	40.40	0.66	19.55	-0.21	19.67	1.32	42.71	2.53	44.14			-0.03	40.66	-0.18	9.20	4.95	156.97	0.28	15.12
	中学校	1年	162	0.25	153.00	-1.67	42.60	-1.41	19.82	-2.18	18.14	0.56	44.19	1.79	46.36	-6.85	324.71	2.75	46.35	-0.19	9.08	5.96	168.65	-0.68	10.52
		2年	159	1.24	156.43	-1.39	45.88	-1.58	21.71	-0.48	20.76	5.81	51.36	1.40	47.22	-1.46	311.38	-2.95	46.54	0.42	9.49	7.19	172.83	0.24	12.41
		3年	159	0.06	157.09	-1.11	48.37	-1.59	22.75	-1.09	21.35	2.75	49.61	2.05	48.57	-2.74	307.76	1.88	51.12	0.05	8.97	7.69	177.32	0.25	13.72
高等学校	1年	75	0.88	158.73	-0.79	49.29	0.00	24.45	-0.42	21.50	2.46	50.26	0.74	48.71	-1.75	323.05			-0.01	9.08	7.44	180.51	-0.57	11.96	
	2年	70	0.39	158.70	0.05	51.52	-0.67	24.41	0.74	23.73	3.64	52.60	-0.14	48.23			0.71	51.23	-0.05	8.98	-2.05	169.89	-1.25	11.77	
	3年	74	0.53	159.24	-0.06	51.71	-0.61	24.88	0.48	24.24	-1.73	47.20	0.15	49.23	-11.32	303.74	0.34	50.00	-0.07	8.98	11.29	187.62	-0.72	12.84	

※ 区結果（種目）については、東京都の調査結果と比較し、東京都を上回っている種目を青塗りで、下回っているものを赤塗りで示しています。

※ 中学校、高等学校の持久走、20mシャトルランはどちらか1種目の選択となりますが、どちらも実施する学校もあります。

## 学童クラブ等の運営事業者選定結果について

和泉橋地域における私立学童クラブ及び（仮称）富士見わんぱくひろば事業について、令和7年4月1日以降の運営事業者をプロポーザル方式で募集、選定しましたので、下記のとおり報告いたします。

### 記

#### 1 件名

- (1) 和泉橋地域私立学童クラブの整備および事業運営
- (2) （仮称）富士見わんぱくひろば事業運営

#### 2 採否の決定した日

令和6年12月24日（火曜日）

#### 3 運営事業者選定結果

別紙のとおり

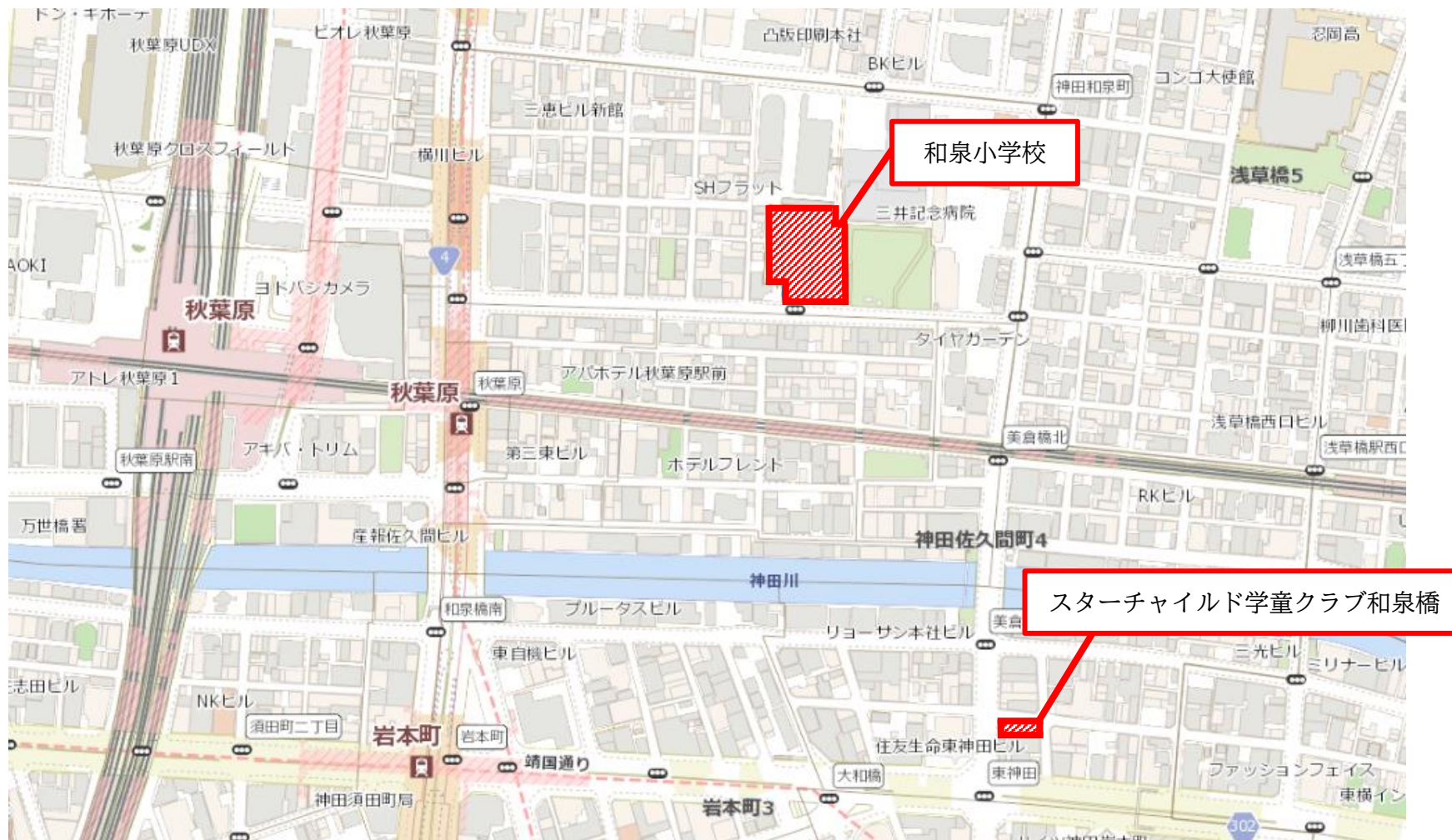
## 運営事業者選定結果

件名	和泉橋地域私立学童クラブ	(仮称) 富士見わんぱくひろば
選定事業者	ヒューマンスターチャイルド株式会社	株式会社ポピンズエデュケア
実施内容	<p>○新規開設学童クラブの名称は「スターチャイルド学童クラブ和泉橋」とする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・令和7年4月1日開設予定</li> <li>・定員40名予定</li> </ul>	<p>①名称は「富士見わんぱくひろば」を継続する ※1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童館的機能、子育てひろば、放課後児童健全育成事業(学童クラブ)、拡大型一時預かり及び放課後子ども教室(遊び)</li> </ul> <p>②新規開設学童クラブの名称は「富士見わんぱくひろば学童クラブ分室」とする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・令和7年4月1日開設予定</li> <li>・定員40名予定</li> </ul>
実施場所	東神田2-6-5 東神田ビル1階	<p>①富士見みらい館5階(富士見1-10-3)</p> <p>②旧九段中学校敷地内幼稚園仮園舎(富士見1-1-6)</p>
選定委員会	区職員2名(子ども部長(委員長)、児童・家庭支援センター所長)及び外部委員3名(放課後児童支援員認定研修講師、公認会計士、青少年委員)の計5名で構成	
参加事業者数	1者(3者から申込有、うち2者は申込後辞退)	1者
審査結果(※2)	61.5点(満点:100点)	138.75点(満点:145点)

※1 実施する事業項目は現在の富士見わんぱくひろば事業と同内容。

※2 審査においては、事業者の財務等の状況、配置予定職員、事業の提案内容及びプレゼンテーションについて評価を行った。採用基準評価点は満点の6割以上の点数(各委員の評価平均点)とした。

スターチャイルド学童クラブ和泉橋 配置図



富士見わんぱくひろば及び富士見わんぱくひろば学童クラブ分室 配置図



## 地域福祉交通「風ぐるま」の減便について

地域福祉交通「風ぐるま」は、区と運行事業者との運行協定に基づき、平成 28 年 1 月からの現行体制による運行開始以来、利用者等の意見を踏まえた見直し等を経て、現在に至っている。

しかしながら、昨今運転士不足が社会問題として深刻化しており、各自治体が実施するコミュニティバスのみならず、路線バスにおいても廃線や減便が実施されている状況となっている。

このような中、本区においても、運行事業者から運転士確保に向け減便を求められているところである。については、今後も引き続き風ぐるまを円滑に運行するため、以下のとおり対応していく。

### 1 運行事業者からの要請について

#### (1) 要請内容

現在、平日ダイヤで運行している既存ルートについて、土曜日を日曜ダイヤへ変更（各ルート、2～3 便/日の減便）

##### 【現行ダイヤ】

既存ルート	月～土	平日ダイヤ	新規ルート	水～日	同一ダイヤで運行
	日・祝	日曜ダイヤ			

※既存ルート…麴町、秋葉原、富士見・神保町、内神田ルート  
※新規ルート…四谷、神田ルート

#### (2) 背景

- 事業者の運転士不足が深刻化
- 離職防止・新規採用者獲得のため、休日数を増加させる（待遇面の向上）目的での減便（現行人員で休日数を増やすためには減便が必須）

### 2 対応

- 事業者の状況や社会情勢等に鑑み、土曜日を日曜ダイヤへ変更し、減便することとする。
- 今後、関係各所との調整・協議を行い、減便開始は令和 7 年度中とする。具体的な実施時期は今後検討する。



### 3 周知

- 令和7年度中の減便を予定している旨、区ホームページ等に掲載するほか、風ぐるまバス停に掲示
- 具体的な実施時期等の詳細が決まり次第、再度周知

#### 《参考：風ぐるまの変遷について》

##### 【平成9年4月～】 風ぐるま（福祉タクシー）

- ・リフト付ワゴンで運行
- ・乗車は停留所だが、降車はルート上であればどこでも可能

##### 【見直し】

- ・風ぐるま（福祉タクシー）は、利用者の増加とともに満員で乗り切れない状況が発生
- ・また、路線が重複しわかりづらい、本数が少ない、など利用者から指摘

→ H24～H25に見直し検討会を設置

→ シンプルなルート設定、車両のUD化、満員状況の解消、を目的として事業を見直し

##### 【平成28年1月～】 風ぐるま（福祉バス）

- ・小型バスで運行
- ・乗降ともに停留所

# 月曜日 土曜日 (祝日を除く)

月曜日～土曜日(祝日を除く)は

麴町ルート&秋葉原ルート

富士見・神保町ルート&内神田ルート

という2つのルートの組み合わせで運行します。

両ルートともバスが巡回運行するため、乗り換えなしでの継続乗車が可能です。

- ・麴町ルート⇒秋葉原ルート
- ・秋葉原ルート⇒麴町ルート



- ・富士見・神保町ルート⇒内神田ルート
- ・内神田ルート⇒富士見・神保町ルート



## 麴町ルート

停留所名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
千代田区役所	—	9:20	10:00	11:00	12:00	12:40	13:40	14:40	15:20	16:20	17:20	18:00
かがやきプラザ(九段坂病院)	—	9:23	10:03	11:03	12:03	12:43	13:43	14:43	15:23	16:23	17:23	18:03
九段上	—	9:25	10:06	11:05	12:05	12:45	13:46	14:45	15:25	16:25	17:25	18:05
九段さくら館	—	9:27	10:07	11:07	12:07	12:47	13:47	14:47	15:27	16:27	17:27	18:07
五味坂交番	—	9:29	10:09	11:09	12:09	12:49	13:49	14:49	15:29	16:29	17:29	18:09
一番町交差点	—	9:30	10:10	11:10	12:10	12:50	13:50	14:50	15:30	16:30	17:30	18:10
シロール麴町入口(半蔵門駅)	—	9:31	10:11	11:11	12:11	12:51	13:51	14:51	15:31	16:31	17:31	18:11
麴町出張所	—	9:34	10:14	11:14	12:14	12:54	13:54	14:54	15:34	16:34	17:34	18:14
平河天満宮前	—	9:38	10:18	11:18	12:18	12:58	13:58	14:58	15:38	16:38	17:38	18:18
麴町二丁目	—	9:42	10:23	11:22	12:22	13:02	14:02	15:04	15:42	16:42	17:42	18:22
麴町四丁目	—	9:43	10:24	11:23	12:23	13:03	14:03	15:06	15:43	16:43	17:43	18:23
四谷駅	8:52	9:53	10:34	11:32	12:32	13:12	14:12	15:12	15:52	16:52	17:52	18:32
麴町五丁目	8:53	9:54	10:34	11:33	12:33	13:13	14:13	15:13	15:53	16:53	17:53	—
麴町四丁目	8:54	9:55	10:35	11:34	12:34	13:14	14:14	15:14	15:54	16:54	17:54	—
いきいきプラザ一番町	8:58	9:58	10:38	11:38	12:38	13:18	14:18	15:18	15:58	16:58	17:58	—
五味坂	9:01	10:01	10:41	11:41	12:41	13:21	14:21	15:21	16:01	17:01	18:01	—
東京家政学院前	9:03	10:03	10:43	11:43	12:43	13:23	14:23	15:23	16:03	17:03	18:03	—
都営四番町アパート	9:05	10:05	10:45	11:45	12:45	13:25	14:25	15:25	16:05	17:05	18:05	—
市ヶ谷駅	9:08	10:08	10:48	11:48	12:48	13:28	14:28	15:28	16:08	17:08	18:08	—
一口坂	9:09	10:09	10:49	11:49	12:49	13:29	14:29	15:29	16:09	17:09	18:09	—
東京通信病院	9:13	10:13	10:53	11:53	12:53	13:33	14:33	15:33	16:13	17:13	18:13	—
地下鉄飯田橋駅東口	9:15	10:15	10:55	11:55	12:55	13:35	14:35	15:35	16:15	17:15	18:15	—
飯田橋清浄車庫	9:16	10:16	10:56	11:56	12:56	13:36	14:36	15:36	16:16	17:16	18:16	—
東京しごとセンター	9:19	10:19	10:59	11:59	12:59	13:39	14:39	15:39	16:19	17:19	18:19	—
九段北一丁目	9:21	10:21	11:01	12:01	13:01	13:41	14:41	15:41	16:21	17:21	18:21	—
千代田区役所	9:30	10:30	11:10	12:10	13:10	13:50	14:50	15:50	16:30	17:30	18:30	—

## 秋葉原ルート

停留所名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
千代田区役所	—	8:40	9:40	10:40	11:20	12:20	13:20	14:00	15:00	16:00	16:40	17:40
かがやきプラザ(九段坂病院)	—	8:43	9:43	10:43	11:23	12:23	13:23	14:03	15:03	16:03	16:43	17:43
千代田保健所(九段下駅)	—	8:45	9:45	10:45	11:25	12:25	13:25	14:05	15:05	16:05	16:45	17:45
西神田三丁目	—	8:46	9:46	10:46	11:26	12:26	13:26	14:06	15:06	16:06	16:46	17:46
専修大学法科大学院前	—	8:47	9:47	10:47	11:27	12:27	13:27	14:07	15:07	16:07	16:47	17:47
専大前交差点	—	8:50	9:50	10:50	11:30	12:30	13:30	14:10	15:10	16:10	16:50	17:50
神田錦町三丁目	—	8:52	9:52	10:52	11:32	12:32	13:32	14:12	15:12	16:12	16:52	17:52
神田美土代町	—	8:54	9:54	10:54	11:34	12:34	13:34	14:14	15:14	16:14	16:54	17:54
神田公園出張所	—	8:57	9:56	10:56	11:37	12:36	13:36	14:16	15:16	16:16	16:57	17:56
東日本銀行神田支店	—	8:59	9:58	10:58	11:39	12:38	13:38	14:18	15:18	16:18	16:59	17:58
岩本町ほほえみプラザ	8:21	9:01	10:01	11:01	11:41	12:41	13:41	14:21	15:21	16:21	17:01	18:01
美倉橋南	8:24	9:04	10:04	11:04	11:44	12:44	13:44	14:24	15:24	16:24	17:04	18:04
和泉公園入口前	8:26	9:09	10:09	11:09	11:49	12:49	13:49	14:29	15:29	16:29	17:09	18:09
和泉橋出張所	8:28	9:11	10:11	11:11	11:51	12:51	13:51	14:31	15:31	16:31	17:11	18:11
秋葉原駅中央口	8:31	9:14	10:14	11:14	11:54	12:54	13:54	14:34	15:34	16:34	17:14	18:14
神田練馬町	8:33	9:16	10:16	11:16	11:56	12:56	13:56	14:36	15:36	16:36	17:16	—
アーツ千代田3331	8:36	9:19	10:19	11:19	11:59	12:59	13:59	14:39	15:39	16:39	17:19	—
外神田六丁目	8:38	9:21	10:21	11:21	12:01	13:01	14:01	14:41	15:41	16:41	17:21	—
昌平堂夢館入口	8:40	9:23	10:23	11:23	12:03	13:03	14:04	14:43	15:43	16:44	17:23	—
外神田二丁目	8:42	9:25	10:25	11:24	12:05	13:05	14:06	14:45	15:45	16:46	17:25	—
御茶ノ水駅	8:43	9:26	10:26	11:25	12:06	13:06	14:07	14:46	15:46	16:50	17:26	—
神田駿河台二丁目	8:48	9:33	10:33	11:33	12:13	13:16	14:16	14:53	15:53	16:58	17:36	—
障害者福祉センター「えみふる」	8:48	9:33	10:33	11:33	12:13	13:16	14:16	14:53	15:53	16:58	17:36	—
日大病院	8:51	9:37	10:37	11:37	12:17	13:20	14:20	14:57	15:57	17:02	17:40	—
九段下	8:55	9:42	10:42	11:42	12:22	13:25	14:25	15:02	16:02	17:07	17:45	—
千代田区役所	9:00	9:50	10:50	11:50	12:30	13:30	14:30	15:10	16:10	17:10	17:50	—

## 富士見・神保町ルート

停留所名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
千代田区役所	—	9:30	10:20	11:10	12:10	13:00	13:50	14:50	15:40	16:30	17:30
かがやきプラザ(九段坂病院)	—	9:33	10:23	11:13	12:13	13:03	13:53	14:53	15:43	16:33	17:33
富士見出張所	—	9:38	10:28	11:18	12:18	13:08	13:58	14:58	15:48	16:38	17:38
飯田橋駅前	—	9:41	10:32	11:21	12:21	13:11	14:01	15:01	15:51	16:41	17:41
東京通信病院	—	9:45	10:35	11:25	12:25	13:15	14:05	15:04	15:55	16:45	17:45
一口坂手前	—	9:47	10:37	11:27	12:27	13:17	14:07	15:05	15:57	16:47	17:47
都営四番町アパート	—	9:49	10:38	11:29	12:29	13:19	14:09	15:07	15:59	16:49	17:49
番町	—	9:50	10:39	11:30	12:30	13:20	14:10	15:08	16:00	16:50	17:50
いきいきプラザ一番町	8:55	9:55	10:45	11:35	12:35	13:25	14:15	15:15	16:05	16:55	17:55
五味坂	8:58	9:58	10:48	11:38	12:38	13:28	14:18	15:18	16:08	16:58	—
さくら館前	9:00	10:00	10:50	11:40	12:40	13:30	14:20	15:20	16:10	17:00	—
富士見あみず館	9:04	10:04	10:54	11:44	12:44	13:34	14:24	15:24	16:14	17:04	—
千代田保健所(九段下駅)	9:08	10:08	10:58	11:48	12:48	13:38	14:28	15:28	16:18	17:08	—
西神田三丁目	9:10	10:10	11:00	11:50	12:50	13:40	14:30	15:30	16:20	17:10	—
西神田コスモス館	9:12	10:12	11:02	11:52	12:52	13:42	14:32	15:32	16:22	17:12	—
神保町交差点北	9:14	10:14	11:04	11:54	12:54	13:44	14:34	15:34	16:24	17:14	—
駿河台下	9:16	10:16	11:06	11:56	12:56	13:46	14:36	15:36	16:26	17:16	—
神田駿河台二丁目	9:21	10:21	11:11	12:01	13:01	13:51	14:41	15:41	16:31	17:21	—
障害者福祉センター「えみふる」	9:21	10:21	11:11	12:01	13:01	13:51	14:41	15:41	16:31	17:21	—
御茶ノ水駅前	9:24	10:24	11:14	12:04	13:04	13:54	14:44	15:44	16:34	17:24	—
水道橋駅前	9:29	10:29	11:19	12:09	13:09	13:59	14:49	15:49	16:39	17:29	—
西神田一丁目	9:30	10:30	11:20	12:10	13:10	14:00	14:50	15:50	16:40	17:30	—
専修大学法科大学院前	9:31	10:31	11:21	12:11	13:11	14:01	14:51	15:51	16:41	17:31	—
千代田区役所	9:40	10:40	11:30	12:20	13:20	14:10	15:00	16:00	16:50	17:40	—

## 内神田ルート

停留所名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪
千代田区役所	—	9:00	9:50	10:50	11:40	12:30	13:30	14:20	15:10	16:10	17:00
かがやきプラザ(九段坂病院)	—	9:03	9:53	10:53	11:43	12:33	13:33	14:23	15:13	16:13	17:03
千代田保健所(九段下駅)	—	9:05	9:55	10:55	11:45	12:35	13:35	14:25	15:15	16:15	17:05
西神田三丁目	—	9:07	9:57	10:57	11:47	12:37	13:37	14:27	15:17	16:17	17:07
西神田コスモス館	—	9:09	9:59	10:59	11:49	12:39	13:39	14:29	15:19	16:19	17:09
神保町交差点北	—	9:11	10:01	11:01	11:51	12:41	13:41	14:31	15:21	16:21	17:11
駿河台下	—	9:13	10:03	11:03	11:53	12:43	13:43	14:33	15:23	16:24	17:13
神田駿河台二丁目	—	9:18	10:08	11:08	11:58	12:48	13:48	14:38	15:28	16:28	17:18
障害者福祉センター「えみふる」	—	9:18	10:08	11:08	11:58	12:48	13:48	14:38	15:28	16:28	17:18
日大病院	—	9:22	10:12	11:12	12:02	12:52	13:52	14:42	15:32	16:32	17:22
小川町交差点	—	9:24	10:14	11:14	12:04	12:54	13:5				

# 千代田区地域福祉交通



風ぐるまの運行状況がスマートフォンで確認できます。

風ぐるまの運行状況をパソコンやスマートフォン等でリアルタイムに確認できます。ご利用のルートと停留所を選択すると、現在バスがどの位置を走行しているのかわかります。およその目安として、時刻表とあわせてご利用ください。多くの方のご利用をお待ちしています。詳しくは千代田区ホームページをご覧ください。詳しくは千代田区ホームページをご覧ください。

バスロケーションシステムへのアクセスは、こちらの二次元コードをご利用ください。



バス停 運行ルート

- 魏町ルート
- 秋葉原ルート
- 富士見・神保町ルート
- 内神田ルート
- 四谷ルート
- 神田ルート
- 複数ルート停車バス停



文京区コミュニティバス B-ぐる

本郷・湯島ルート

10 日大病院

B-ぐるの運行情報はコチラ

中央区コミュニティバス 江戸バス

北循環

9 本石町四丁目

10 新日本橋駅

江戸バスの運行情報はコチラ

## 実証運行 令和6年5月8日～令和7年3月31日

四谷ルート 水曜日～日曜日 同一ダイヤ 週5日運行

停留所名	①	②	③	④	⑤
1 千代田区役所	8:55	11:07	13:27	15:35	17:45
2 かがやきプラザ(九段坂病院)	8:58	11:10	13:30	15:38	17:48
3 九段上	9:01	11:13	13:32	15:41	17:51
4 九段さくら館	9:03	11:15	13:35	15:43	17:53
5 五味坂交番	9:05	11:17	13:37	15:45	17:55
6 一番町交差点	9:06	11:18	13:38	15:46	17:56
7 ジョール麹町入口(半蔵門駅)	9:07	11:19	13:39	15:47	17:57
8 麹町二丁目	9:09	11:23	13:42	15:50	18:00
9 麹町四丁目	9:10	11:24	13:43	15:51	18:01
10 麹町五丁目	9:10	11:24	13:43	15:51	18:02
11 四谷駅	9:27	11:34	13:55	16:02	18:12
12 麹町五丁目	9:27	11:34	13:55	16:02	18:12
13 麹町四丁目	9:28	11:35	13:56	16:03	18:13
14 麹町二丁目	9:29	11:36	13:57	16:04	18:14
15 五味坂	9:34	11:42	14:02	16:09	18:19
16 さくら館前	9:37	11:45	14:05	16:12	18:22
17 富士見あんず館	9:40	11:48	14:08	16:15	18:25
18 千代田区役所	9:50	12:00	14:17	16:25	18:35

停留所名	①	②	③	④	⑤
1 千代田区役所	9:57	12:15	14:25	16:45	
2 毎日新聞	10:00	12:18	14:28	16:49	
3 神田錦町三丁目	10:04	12:20	14:32	16:54	
4 神田美土代町	10:06	12:24	14:34	16:56	
5 神田公園出張所	10:07	12:26	14:36	16:58	
6 須田町	10:09	12:31	14:39	16:59	
7 秋葉原中央入口	10:23	12:44	14:46	17:05	
8 和泉橋出張所	10:29	12:50	14:52	17:11	
9 須田町	10:32	12:53	14:55	17:13	
10 神田駅前	10:34	12:55	14:57	17:15	
11 新日本橋駅	10:37	12:58	15:00	17:18	
12 本石町四丁目	10:40	13:00	15:03	17:21	
13 スポーツセンター	10:46	13:06	15:09	17:27	
14 区営内神田住宅	10:46	13:06	15:09	17:27	
15 千代田区役所	10:55	13:15	15:20	17:35	

※最終便は、千代田区役所止まりです。

四谷ルート始発停留所	①	②	③	④	⑤
1 千代田区役所	水～日	8:55			
月・火 運休					

※最終便は、千代田区役所止まりです。



神田ルート始発停留所	①	②	③	④	⑤
1 千代田区役所	水～日	9:57			
月・火 運休					

※最終便は、千代田区役所止まりです。



◆年末・年始(12/31～1/3)は運休します。

## 千代田区地域福祉交通 風ぐるま ルート別停留所一覧

- 魏町ルート**
  - 千代田区役所
  - かがやきプラザ(九段坂病院)
  - 九段上
  - 九段さくら館
  - 五味坂交番
  - 一番町交差点
  - ジョール麹町入口(半蔵門駅)
  - 麹町出張所
  - 平河天満宮前
  - 麹町二丁目
  - 麹町四丁目
  - 麹町五丁目
  - 四谷駅
  - 麹町五丁目
  - 麹町四丁目
  - いぎきプラザ一番町
  - 五味坂
  - 東京家政学院前
  - 都営四番町アパート
  - 市ヶ谷駅
  - 一口坂
  - 東京通信病院
  - 地下鉄飯田橋駅東口
  - 飯田橋清掃庫
  - 東京しごとセンター
  - 九段北一丁目
- 秋葉原ルート**
  - 千代田区役所
  - かがやきプラザ(九段坂病院)
  - 千代田保健所(九段下駅)
  - 西神田三丁目
  - 専修大学法科大学院前
  - 専大前交差点
  - 神田錦町三丁目
  - 神田美土代町
  - 神田公園出張所
  - 東日本銀行神田支店
  - 岩本町ほほえみプラザ
  - 美倉橋南
  - 和泉公園入口前
  - 和泉橋出張所
  - 秋葉原中央入口
  - 神田練馬町
  - アーツ千代田3331
  - 外神田六丁目
  - 昌平堂夢館入口
  - 御茶ノ水駅前
  - 水道橋駅前
  - 西神田一丁目
  - 専修大学法科大学院前
  - 日大病院
  - 九段下
- 富士見・神保町ルート**
  - 千代田区役所
  - かがやきプラザ(九段坂病院)
  - 富士見出張所
  - 飯田橋駅前
  - 東京通信病院
  - 一口坂手前
  - 都営四番町アパート
  - 番町
  - いぎきプラザ一番町
  - 平河天満宮前
  - 神田公園出張所
  - 富士見あんず館
  - さくら館前
  - 西神田三丁目
  - 西神田コスモス館
  - 神保町交差点北
  - 駿河台下
  - 外神田河台二丁目
  - 障害者福祉センター「えみふる」
  - 御茶ノ水駅前
  - 水道橋駅前
  - 西神田一丁目
  - 専修大学法科大学院前
- 内神田ルート**
  - 千代田区役所
  - かがやきプラザ(九段坂病院)
  - 千代田保健所(九段下駅)
  - 西神田三丁目
  - 西神田コスモス館
  - 神保町交差点北
  - 駿河台下
  - 神田公園出張所
  - 小川町交差点
  - 神田美土代町
  - 区営内神田住宅
  - 神田公園出張所
  - 神田駅前
  - 新日本橋駅
  - 本石町四丁目
  - スポーツセンター
  - 外神田二丁目
  - 外神田三丁目
  - 外神田四丁目
  - 外神田五丁目
  - 外神田六丁目
  - 外神田七丁目
  - 外神田八丁目
  - 外神田九丁目
  - 外神田十丁目
  - 外神田十一丁目
  - 外神田十二丁目
  - 外神田十三丁目
  - 外神田十四丁目
  - 外神田十五丁目
  - 外神田十六丁目
  - 外神田十七丁目
  - 外神田十八丁目
  - 外神田十九丁目
  - 外神田二十丁目
  - 外神田二十一丁目
  - 外神田二十二丁目
  - 外神田二十三丁目
  - 外神田二十四丁目
  - 外神田二十五丁目
  - 外神田二十六丁目
  - 外神田二十七丁目
  - 外神田二十八丁目
  - 外神田二十九丁目
  - 外神田三十丁目

## 「風ぐるま」は、どなたでもご利用いただける地域福祉交通です!

**料金** 100円 (税込・1人1回の乗車につき)

※小学生以上1人に同伴する未就学児は2人まで無料です。

※現金またはPASMOやSuica等の交通系ICカードでお支払いください。

※交通系ICカードでご乗車の場合は、乗車時から90分以内に他路線に乗り換える場合(1回のみ)には、料金が加算されません。

普通定期券		
日立自動車交通(株)	種類	金額(税込)
千代田営業所(区役所3階)で販売します。直接営業所窓口でご購入ください。	1か月券	4,500円
	3か月券	12,800円
	6か月券	24,300円
	1年券	45,900円

## 風ぐるま区民バスパスポート

千代田区にお住まいの方を対象に、普通定期券よりも割安な料金の風ぐるま区民バスパスポートを販売します。

対象	種類	金額(税込)
住民税非課税の方、障害のある方*	1年券	1,000円
	3か月券	2,800円
上記以外の方	1か月券	1,000円
	3か月券	2,800円
	1年券	10,000円

◎購入場所◎  
区役所3階窓口でご購入いただけます。

※申請の際、運転免許証、健康保険証、住基カード、個人番号カード等の身分を証明するものをご持参ください。

※申請の際、直近の住民税(特別区民税・都民税)の課税・非課税を確認します。直近の住民税が他の自治体で課税されている場合、非課税証明書が必要となります。

※障害のある方は身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、難病を証する書類のいずれかをご提示の上、購入してください。なお、介助の方も購入できます。

普通定期券・風ぐるま区民バスパスポート取扱時間  
平日 8:30～17:00

お問い合わせ先  
日立自動車交通(株)千代田営業所(区役所3階) 03-3222-9977  
千代田区役所福祉総務課(区役所3階) 03-5211-4209

## 千代田区 地域福祉交通



千代田区保健福祉部福祉総務課  
日立自動車交通株式会社  
令和6年4月発行

## 千代田区低所得世帯に対する価格高騰特別支援給付金(追加分)支給事業について

### 1 概要

令和6年11月22日付閣議決定に基づく「重点支援地方交付金」を活用し、物価高の影響を受ける低所得世帯への支援として、住民税非課税世帯に対して一世帯あたり3万円を給付する。また、子育て世帯については児童一人あたり2万円を加算する。

### 2 令和6年度千代田区低所得世帯価格高騰特別支援給付金(追加分)

対象世帯	※以下の条件を全て満たす世帯 ①基準日(令和6年12月13日)時点で住民票が本区にある世帯 ②世帯員全員が令和6年度の住民税均等割を課されていない又は区の条例により免除されている世帯
想定世帯数	4,200 世帯
支給額	一世帯あたり3万円
申請期限	令和7年4月30日まで

### 3 令和6年度千代田区低所得者子育て世帯こども加算給付金(追加分)

対象世帯	「令和6年度千代田区低所得世帯価格高騰特別支援給付金(追加実施分)」の支給対象世帯で、かつ18歳以下(平成18年4月2日から令和6年12月13日までに出生)の児童を扶養している世帯
想定児童数	525 人
支給額	児童一人あたり2万円
申請期限	令和7年4月30日まで

### 4 支給方法

通知型	令和6年度10万円給付を受けた世帯には振込日を通知し、指定の口座へ振込
プッシュ型 ※オンライン型を含む	区が課税情報等の支給要件を確認できる世帯には、案内書類を送付。同封の確認書を返送してもらい指定の口座へ振込 ※案内書類に区ポータルサイト上のオンライン申請用フォームにアクセスできるQRコードを記載。こちらからの申請に基づき指定の口座へ振込
申請型	以下の世帯は、支給要件を満たす書類を添付させる申請書による給付 ①区が課税情報等の支給要件を確認できない者を含む世帯 ②基準日(令和6年12月13日)時点で別世帯だが扶養する児童がいる世帯

### 5 事業費

149,100千円

内訳)給付金 136,500千円

事務費 12,600千円

## 6 実施スケジュール

1月中旬	コールセンターの設置
2月5日	区HP及び広報千代田にて周知
	通知型・プッシュ型支給世帯に案内書類を送付
4月30日	確認書・申請書提出期限

## ポータルサイト版 千代田区の良かったこと調査の実施について

### 1 経緯

障害者差別解消法改正に伴い、令和6年4月から事業者による障害のある方への合理的配慮の提供が義務化された現状の下、差別解消について議論する千代田区障害者支援協議会差別解消部会において「不当な扱いへの問題解決の議論だけでなく『これがあって助かった』といった事例を共有する場もあれば、より理解促進につながるのではないか」という提案があった。

このため、ツールや方法を検討し、千代田区ポータルサイトを活用しアンケート形式で事例を募集し、区HPに掲載するサービスを開始することとした。

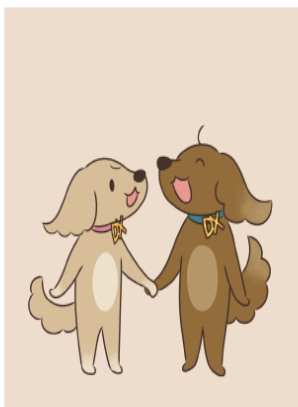
### 2 目的

障害のある方が千代田区で日々生活する中で「よかった」「うれしかった」と思った事例を募集し、適宜区HPに掲載することで、障害のあるなしに関わらず、すべての人が互いを尊重し支え合う共生社会の実現に向けて理解の促進を図る。

### 3 開始予定日

令和7年2月1日(土)

## 【検証用】「千代田区の良かったこと」調査



手続き分類

健康・福祉 > 障害者福祉

ライフシーン

障害者支援

オンラインアンケート

### 【共生社会を目指す「千代田区の良かったこと」調査ご協力のお願い】

千代田区では障害等のあるなしに関わらず、地域を構成するすべての人が互いを尊重し、支え合う共生社会の実現に向けて、障害等のある方への理解の促進を図っています。

この度、千代田区障害者支援協議会差別解消部会において「不当な扱いへの問題解決の議論だけでなく、『これがあって助かったといった好事例』を共有する場があれば、理解の促進につながるのではないか」というご意見をいただきました。

このため、障害等がある方々が千代田区で日々生活をしていく中で「よかった」「うれしかった」と思った事例を募集し、適宜区HPに掲載することといたしました。

みなさまのご意見をお寄せいただければ幸いです。

千代田区の地域で出会った**よかったコトやモノ**について教えてください。

(以下はあくまでも例です)

例1：杖がついているが、〇〇駅にエレベーターができ、利用が楽になった。

例2：〇〇店のメニューは文字や写真が大きく、見やすくありがたい。

例3：区内でヘルプカード啓発ポスターがあるおかげで、皆が親切である。

以下の「**アンケートに回答する**」ボタンから回答をお願いします。

## (仮称)神田錦町三丁目施設整備の進捗について

### 1 進捗状況

令和6年12月1日に千代田区建築計画の早期周知に関する条例に基づく近隣住民向けの説明会を開催した。

また、旧千代田保健所の解体工事は、現在、地下階の解体を行っている。

### 2 建築計画の早期周知に関する条例に基づく説明会概要

- (1) 日 時:令和6年12月1日(日) 午前10時~12時
- (2) 場 所:ちよだプラットフォームスクウェア 5階 会議室
- (3) 説明内容(詳細は、別紙、住民説明会資料のとおり)
  - ①施設の建設計画の提示
  - ②建設計画に対する質疑応答
- (4) 参加者:22名
- (5) 主な質問・意見等
  - 旧千代田保健所と新施設の日影の比較、春夏秋冬の日影が確認できる資料を作成してほしい。
  - 建物の面積をより少なくできないか。また、建物をできる限り南に寄せて建築できないか。
  - 室外機を各階バルコニーではなく屋上にまとめてはどうか。
  - 建物及び車両の扉の開閉音に配慮してほしい。

### 3 今後のスケジュール(予定)

- (1) 令和7年2月9日 中高層条例に基づく近隣住民向け設計説明会
- (2) 令和7年 6月 解体工事・実施設計完了
- (3) 令和7年 7月 新規施設建設工事 着工
- (4) 令和8年12月 竣工
- (5) 令和9年 3月 開設



## 建築計画概要書

## 建築主

千代田区長 樋口 高顕

〒102-8688 東京都千代田区九段南1-2-1 TEL: 03-3264-2111(代表)

## 建築物用途等

建築物の名称 (仮称) 神田錦町三丁目施設

建築物の用途 【地域交流機能】オープンプレイス、カフェ、ギャラリー、ラウンジ、貸室

【障害者支援施設】障害者よろず相談、障害者就労支援センター、移動支援事業、  
就労継続支援(B型)事業、(日中サービス支援型)共同生活援助・短期入所事業

【高齢者施設】看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護

## 敷地概要

地名地番 東京都千代田区神田錦町三丁目10番地

敷地面積 695.10㎡

用途地域 商業地域

建蔽率 / 容積率 80% (緩和後100%) / 600%

防火地域 防火地域

都市計画地域 千代田区駐車場整備地区、神田錦町北部周辺地区 地区計画区域内

## 建築物概要

構造・階数 鉄筋コンクリート造 地上 8階建て(免震構造)

高さ 28.21m (塔屋部分込み: 31.69m )

基礎工法 杭基礎

建築面積 591.94㎡

延べ面積 4131.26㎡ (屋内部分: 3860.88㎡ )

## 工事概要

工事予定期間 令和7年7月1日 ~ 令和8年12月31日(18か月)

工事内容 新築

設計者 リンテック株式会社 代表取締役 大川 健

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-31-16 TEL: 03-3352-2802

※表記の数値は、今後の手続きなどにより多少変動する場合があります。

計画地所在地：千代田区神田錦町三丁目10番地  
JR中央線「神田駅」北口から徒歩約12分（850m）  
東京メトロ東西線「竹橋駅」3b出口から徒歩約6分（400m）



Google マップ (地図データ ©2024) を加工して作成

案内図

S=1:7500

(仮称) 神田錦町三丁目施設整備等業務

■ 作成日

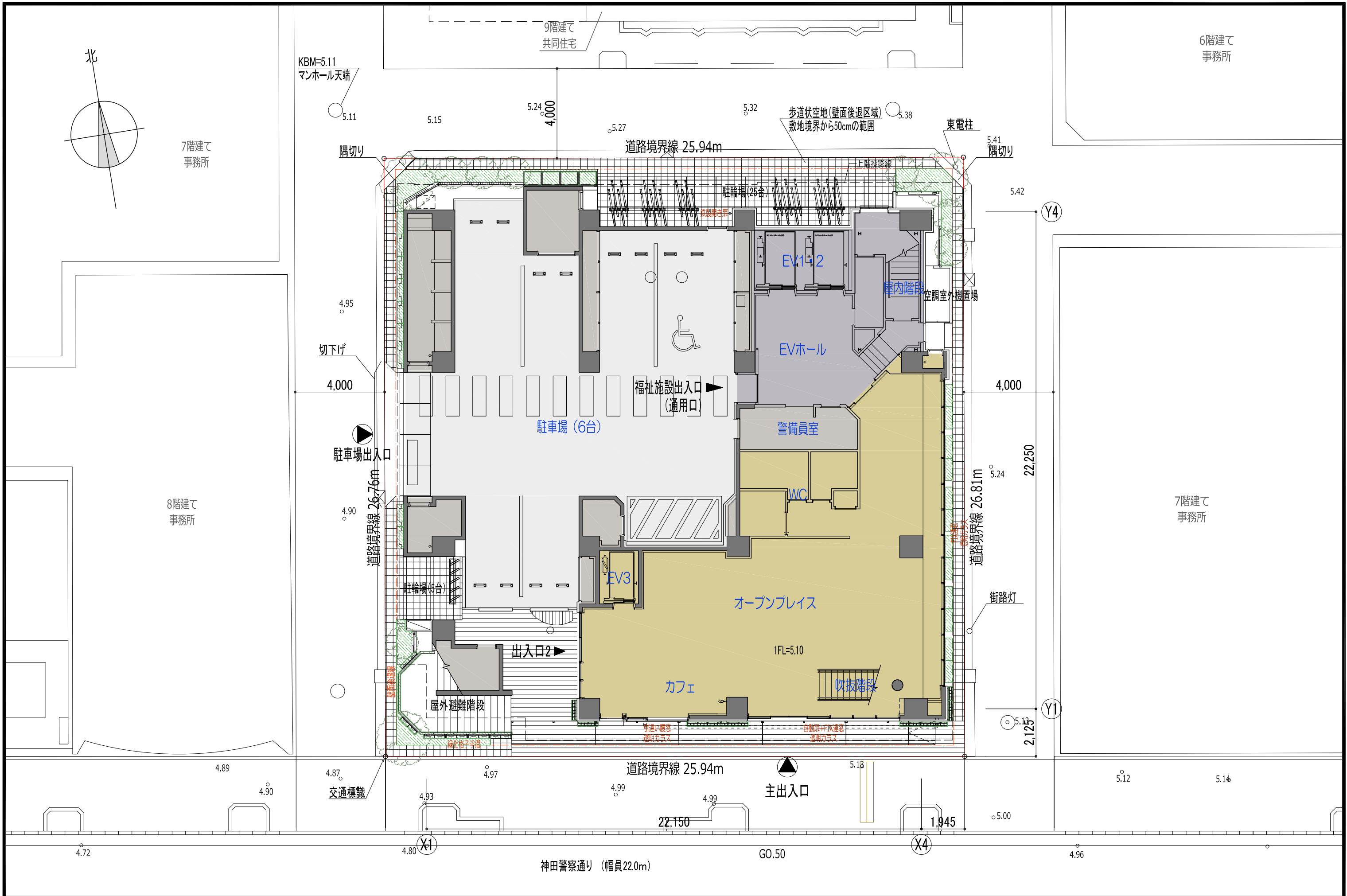
2024/11/21

■ 縮尺

A3: 1/7500

■ 図面名称

案内図





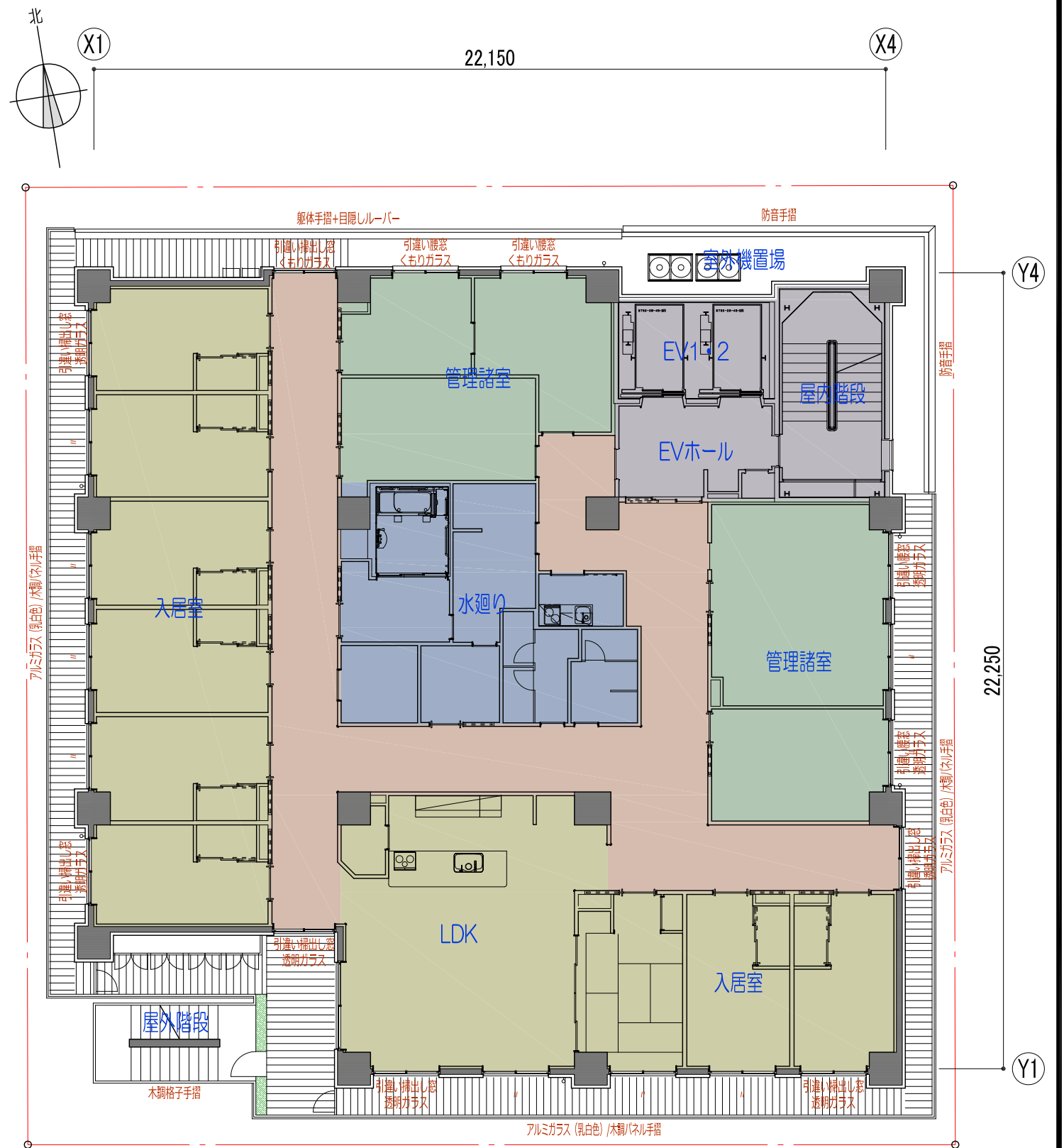
2階平面図



3階平面図



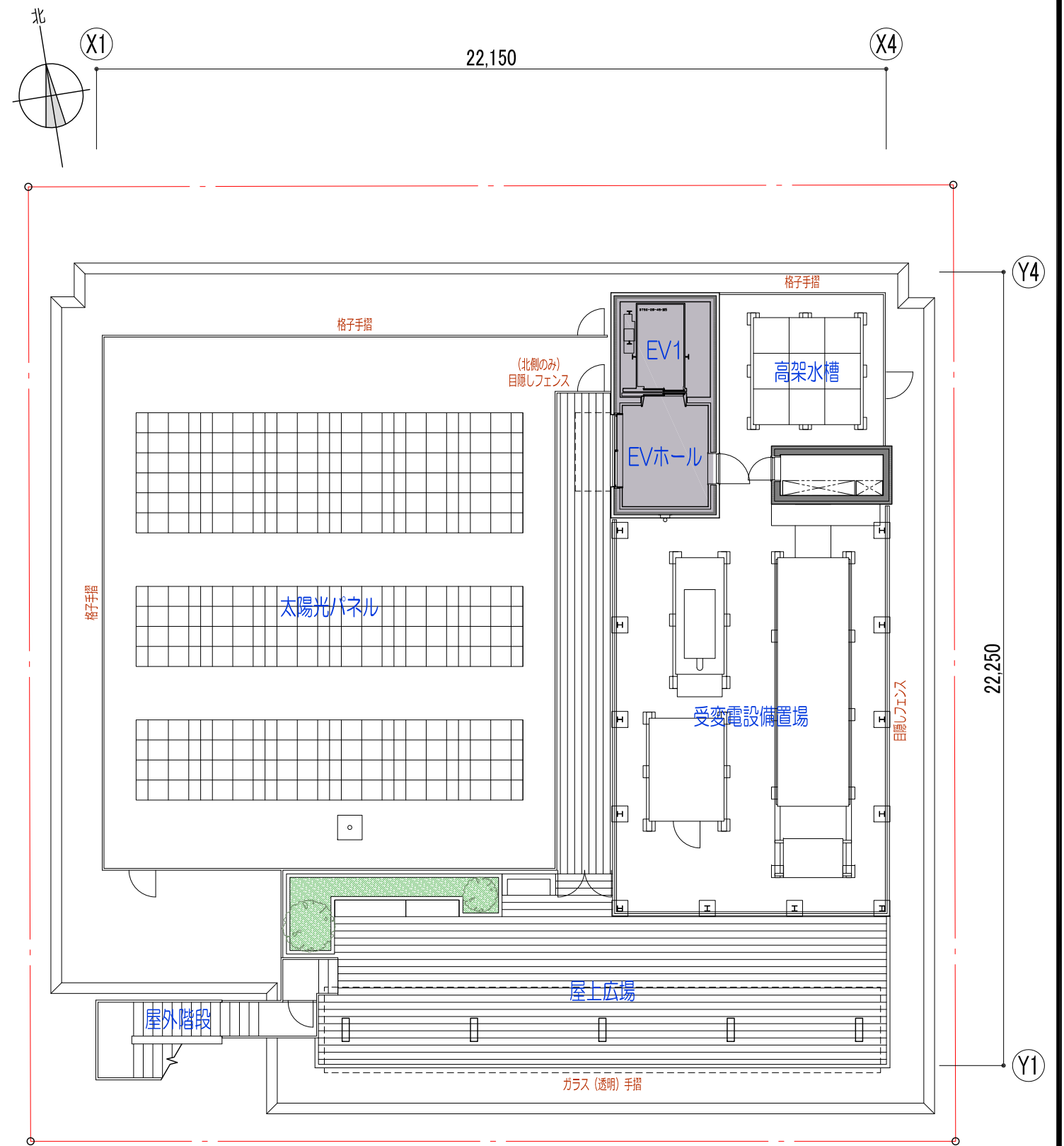
4 ( 5 ) 階平面図



6階平面図



7(8)階平面図



R階平面図



南立面図



西立面図

特記事項  
 ・窓ガラスの種類は、北面:くもりガラス、その他の面:透明ガラスとする



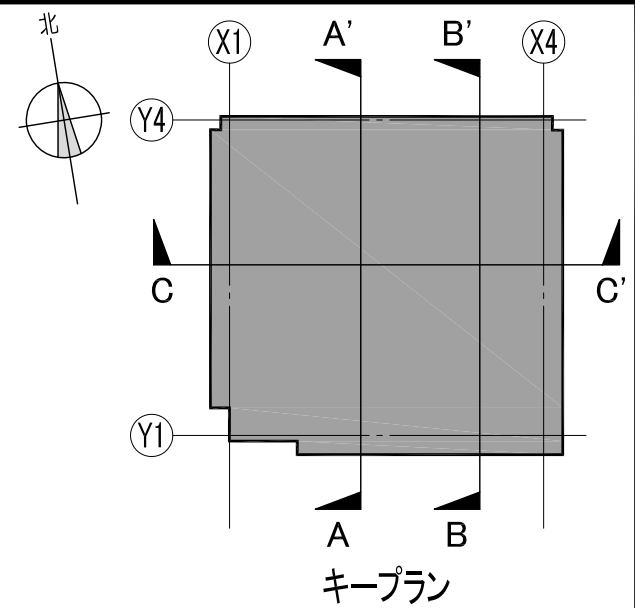
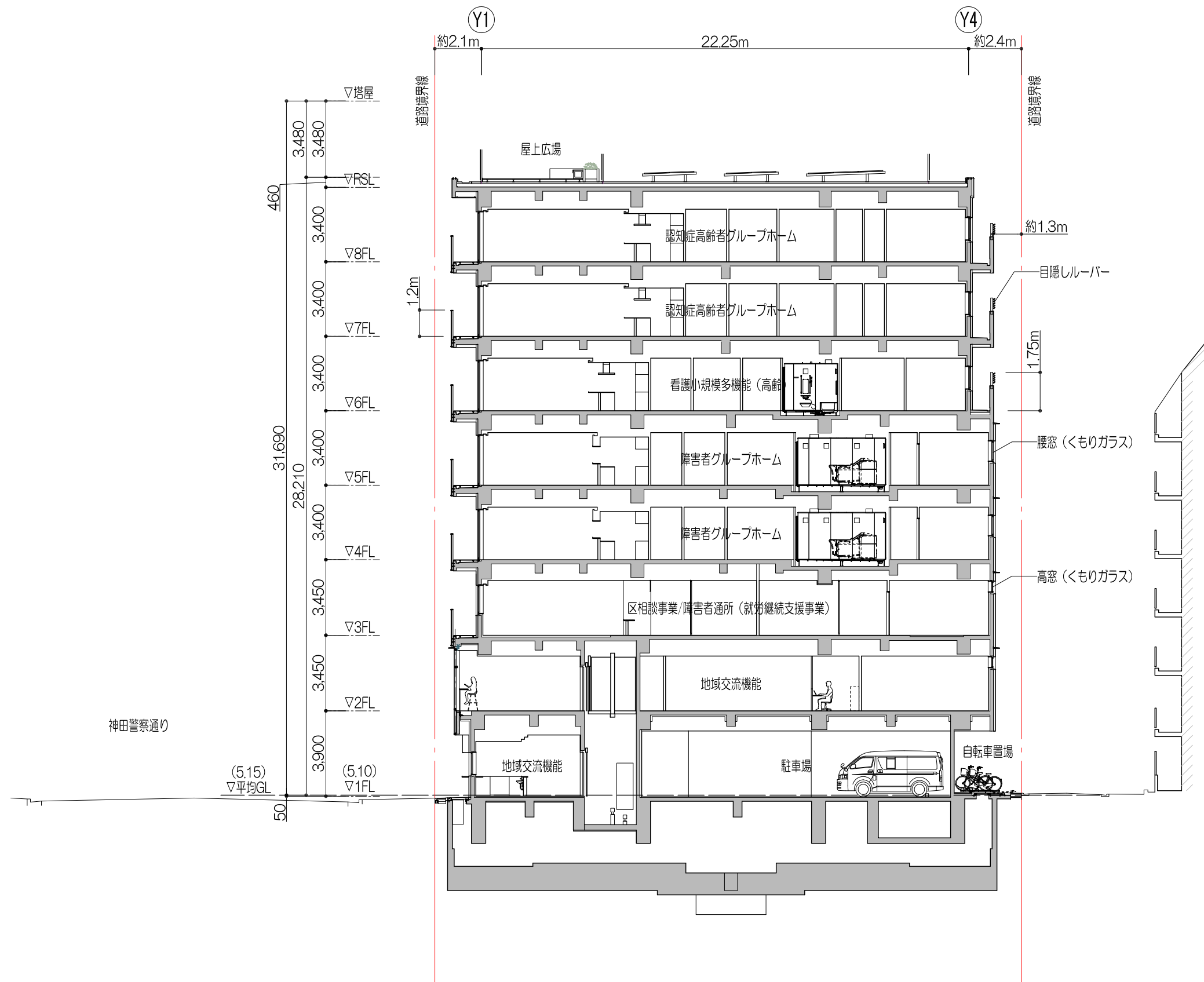
北立面図



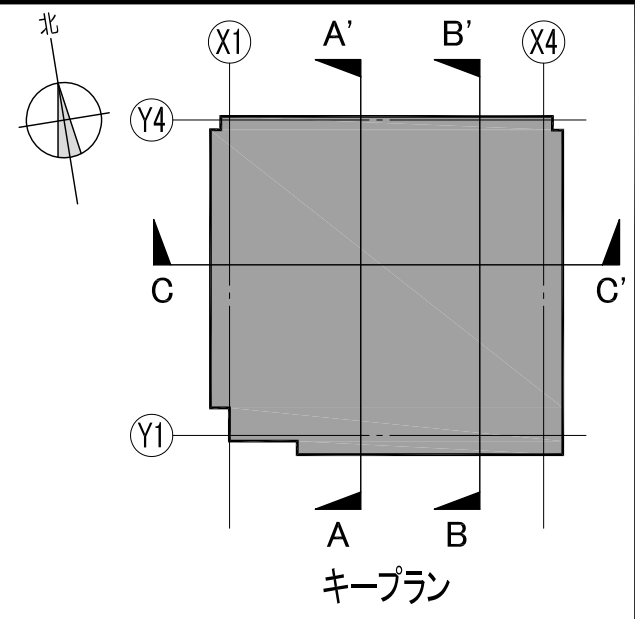
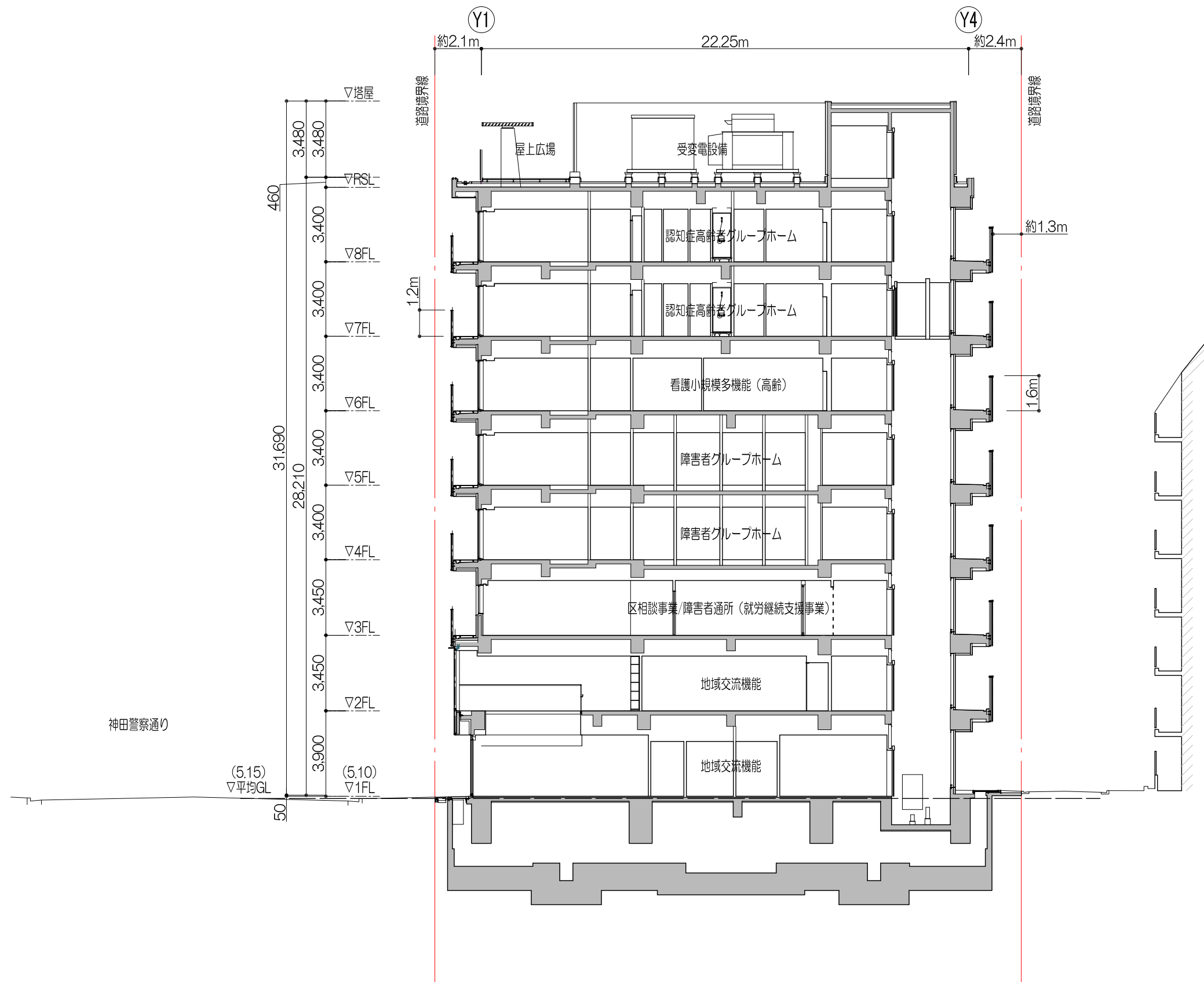
東立面図

特記事項  
 ・窓ガラスの種類は、北面:型(くもり)ガラス、その他の面:透明ガラスとする

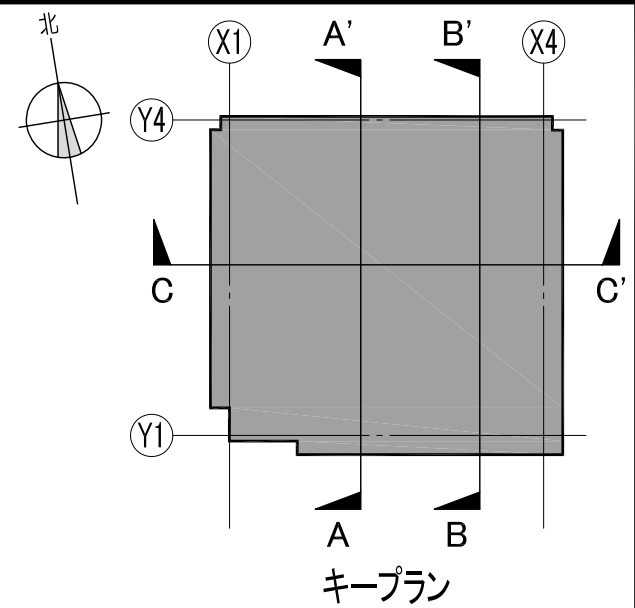
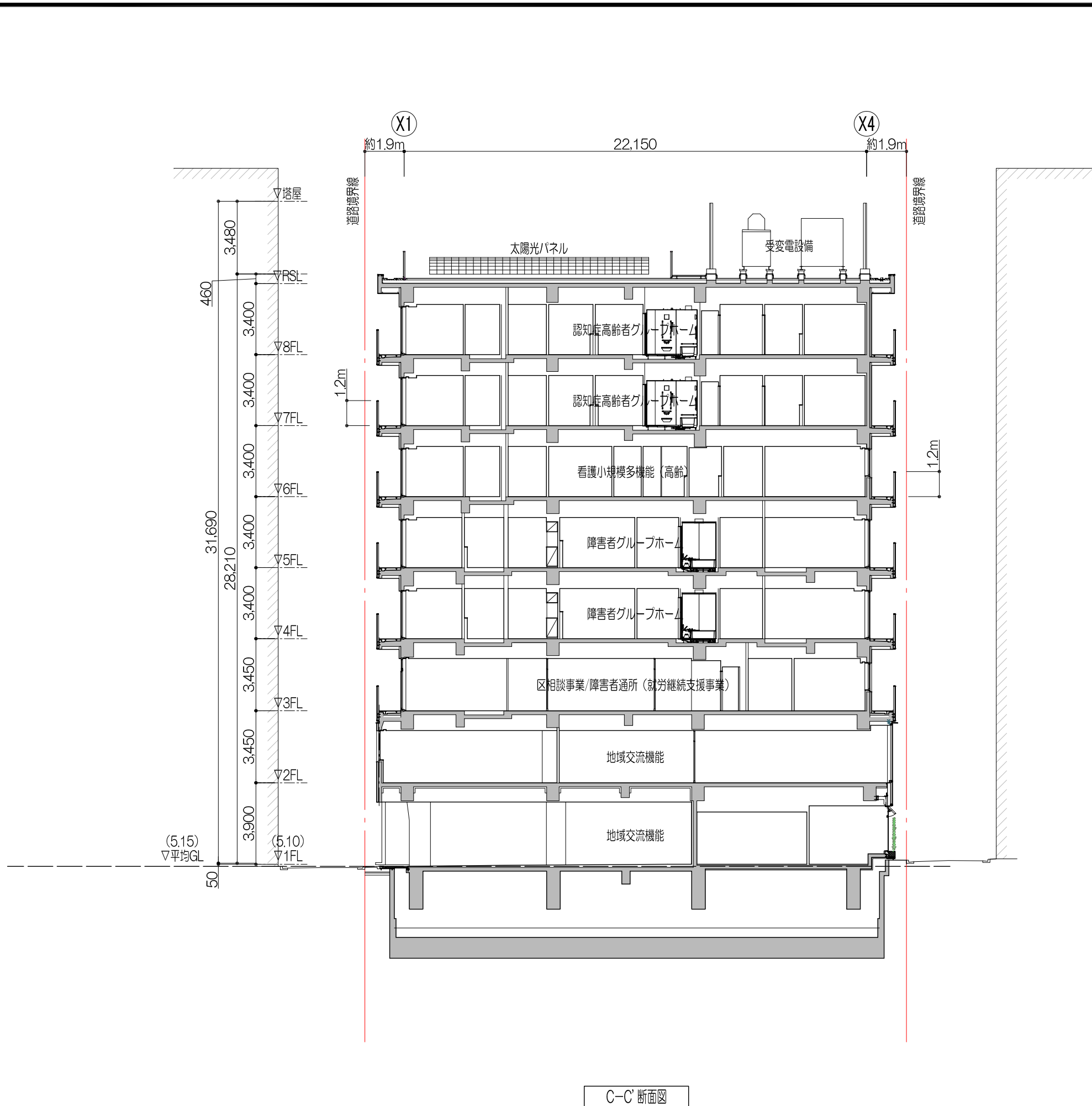




A-A' 断面図



B-B' 断面図



C-C' 断面図



(1)本図の説明  
 1年のうち最も日影が長くなる冬至日において、  
 計画建物が作り出す時刻ごとの日影を示します

(2)作図条件

- ・日 時 : 冬至日
- ・投影時間 : 9:00~15:00
- ・緯 度 : 35度40分
- ・経 度 : 139度45分
- ・投影面高さ : 建築敷地の平均地盤面

## 建築工事についてのお約束事項

本計画の工事を実施するに当たって、ご近隣の皆様のご迷惑を最小限にとどめるよう、下記の事項を遵守することをお約束いたします。  
皆様と円満な関係を保ち、少しでもご安心頂けるよう努力する所存ですので、ご理解頂ければ幸いです。

---

### [ 工事による危害の防止策 ]

---

- 下記の工事時間を厳守いたします。

作業開始：午前8時 作業終了：午後6時 日曜日及び祝祭日は休業

※やむを得ない事情等で時間外に作業する場合は、あらかじめ隣接する方々にご連絡の上、配慮しつつ行なわせて頂きます。

- 大型の工事車両の通行時には誘導員を配置する等、通行の安全を確保いたします。
  - 工事現場周囲に仮囲いをおこない、いたずらや防犯への対策をおこないます。
  - 外部足場には養生シートを設け、粉塵などの飛散防止対策をおこないます。
- 

### [ 建築に伴って生ずる周辺の生活環境に及ぼす著しい影響及びその対策 ]

---

- 可能な限り、低騒音・低振動の機器を使用して工事を実施します。
  - 工事現場周辺道路は随時、散水や清掃を行い、土砂、ほこり等の飛散防止に努めます。
- 

### [ その他 ]

---

- 上記以外に不測の事態が発生した場合は、事業主および施工者は、責任と誠意をもって課題に向き合い解決に向け努力致します。
- 

以上

---

※詳細なご説明は、施工者（スターツCAM株式会社）が工事着手前に説明会を開催しておこないます。

## 第三次健康千代田 21 の素案について

### 1 計画策定の背景

区民の生活習慣病を予防し健康増進を図るため、区では平成 15 年度に健康増進法に基づく市町村健康増進計画として「健康千代田 21」を策定し取り組みを進めてきた。現行の「第二次健康千代田 21」の計画期間が令和 6 年度で終了するため、令和 7 年度から令和 18 年度までを計画期間とした「第三次健康千代田 21」の素案を作成した。

### 2 「健康千代田 21 推進委員会」検討経過（令和 4 年から）

	開催月	主な議事内容
令和 4（2022）年度		
第 1 回	8 月	（1）第二次健康千代田 21 の進捗状況 （2）健康づくり区民アンケートの実施 （3）次期計画の策定スケジュール
第 2 回	2 月	（1）健康づくり区民アンケート結果報告（令和 4 年 10 月実施） （2）第二次健康千代田 21 の最終評価
令和 5（2023）年度		
第 1 回	10 月	（1）第二次健康千代田 21 の最終評価 （2）次期計画の策定における方向性
第 2 回	3 月	（1）次期計画の分野別目標及び成果指標 （3）健康づくり区民アンケートの実施概要
令和 6（2024）年度		
第 1 回	8 月	（1）千代田区の健康をめぐる状況 （2）健康づくり区民アンケート結果報告（令和 6 年 5 月実施） （3）第三次健康千代田 21（仮称）骨子（案）及び成果指標（案）
第 2 回	12 月	（1）第三次健康千代田 21（仮称）素案（案）

### 3 第二次健康千代田 21 からの主な変更点

社会の多様な変化を踏まえ、「誰一人取り残さない健康づくりの展開」、「より実効性を持つ取り組み」の視点から計画内容の見直しを行った。

#### （1）総合目標の変更

第二次健康千代田 21 の最終評価等を踏まえ、総合目標を「健康寿命の延伸」、「早世の減少」から「健康寿命の延伸」、「主観的健康感の向上」に変更。

#### （2）自殺対策計画の包含

従来包含してきた計画に加え、新たに「千代田区自殺対策計画」を包含。

#### （3）施策体系の変更

健康日本 21（第三次）、東京都健康推進プラン 21（第三次）を踏まえ、施策体系を 3 領域 19 分野から 3 領域 5 区分 19 分野に変更（領域の一部（「生活習慣と要介護状態の予防」、「生活習慣の改善」）を「個人の行動と健康状態の改善」に統合。）。

4 素案の概要 資料5-2のとおり

5 素案の概要版（区民向け） 資料5-3のとおり

6 策定スケジュール

内容	日程
パブリックコメント	令和7年2月5日（水）～令和7年2月19日（水）
常任委員会（計画案報告）	令和7年3月中旬
計画策定、公表	令和7年3月末

## 第三次健康千代田 21 素案の概要

### <第1章 計画の背景及び趣旨（計画素案 p1~8）>

#### 1 計画の背景及び趣旨

ライフスタイルの多様化や急速な高齢化の進展により、生活習慣病の罹患、要介護認定者数等が増加している。区民が自身の健康に関心を持ち、生活習慣の改善に主体的に取り組むための計画を策定し、その取組みを推進する。

#### 2 本計画の位置づけ、関連計画等

- (1) 健康増進法に基づく、市町村健康増進計画として策定する。
- (2) 健康日本 21 (第三次)、東京都健康推進プラン 21 (第三次) を踏まえた内容とする。
- (3) 「千代田区食育推進計画」、「千代田区がん予防推進計画」、「千代田区歯科保健推進計画」、「千代田区自殺対策計画」を包含する。
- (4) 「千代田区地域福祉計画 2022」、「千代田区国民健康保険第 3 期データヘルス計画及び第 4 期特定健康診査等実施計画」、「千代田区感染症予防計画」等の他計画と整合性を図り策定する。



#### 3 計画期間

令和 7 年度から令和 18 年度まで (12 年間)

(中間評価：令和 12 年度実施予定、最終評価：令和 17 年度実施予定)



<第2章 千代田区の現状と課題 (p9~57) >

第二次健康千代田 21 の最終評価及び「健康づくり区民アンケート調査（令和6年5月実施）」、各種実績を踏まえ、千代田区民の現状と課題、健康状態やその課題等を抽出。

1 健康状態 （一部抜粋）

■主な死因	主な死因は「がん」が最も多く、「心疾患」、「脳血管疾患」が上位
■平均寿命	男性 82.4 歳、女性 88.3 歳（都、特別区平均より高水準）
■65 歳健康寿命	男性 83.39 歳、女性 86.52 歳（都、特別区平均より高水準）
■国保医療費	被保険者 1 人あたりの医療費は、平成 30 年度から 1 割程度増加
■要支援・要介護認定	要支援・要介護認定者数は、平成 30 年度から 1 割程度増加
■健診（検診）受診	健診受診率、がん検診の受診率ともに 8 割程度

2 健康への意識・取組み状況（一部抜粋）

■主観的健康感	「自らの健康状態を『よい』と認識している人」は 8 割強
■BMI（体格指数）	「普通」を除くと、男性では「肥満」、女性では「やせ」が多い傾向
■食生活	「健康的な食生活の妨げとなることがある人」は 5 割弱
■運動・身体活動	「週 1 回以上の運動習慣がある人」は 4 割程度
■喫煙	「喫煙習慣がある人」は 8.8%（国、都と比較して低い）
■飲酒	「生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をする人」は、男性 19.0%（国（14.9%）、都（16.4%））、女性 16.4%（国（9.1%）、都（17.7%））
■こころの健康	「ストレスを常に感じている人」、「悩みの相談先がない人」は 2 割程度
■感染症予防の状況	「感染症の流行状況について情報を得る人」は 8 割程度
■地域とのかかわり	「何かしらの社会活動に週 4 回以上参加している人」は 6 割台半ば

3 今後の取組み方針

POINT 1	それぞれの性別や年代の特性を踏まえた健康づくりの推進
■	性別や年代により健康課題に違いがみられることから、それぞれの生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）を推進
■	低栄養傾向の高齢者が増加傾向にあるため、フレイル予防などに取り組みやすい環境を整備
■	ライフステージごとに健康が大きく変化する女性に向けた健康づくりの推進
POINT 2	こころの健康づくりのためのアプローチの展開
■	ライフコース、ライフスタイルに応じたこころの健康づくり
■	悩み、ストレスを抱えた人の不安解消に向けた取組みの推進
POINT 3	健康無関心層の行動変容に向けた施策の推進
■	誰一人取り残さない健康づくりの展開
■	計画の実効性を担保するための成果目標の設定、評価の実施

<第3章 領域・分野の考え方と目標 (p58~60) >

1 基本理念、総合目標

千代田区第4次基本構想の分野別将来像である「自分らしく健やかに暮らし、笑顔で成長しあえるまち」を基本理念とし、それを実現するための2つの総合目標を設定

<b>総合目標</b>	<p>■健康寿命の延伸 (健康に生活できる期間を延ばす)</p> <p>個人の生活の質の低下を防ぐとともに、自分らしく健やかに暮らしていくことができる社会の実現につなげるため、生活習慣病の発症や重症化予防、生活機能の維持・向上のための施策を展開し、区民が健康に生活できる期間を延ばす。</p>
	<p>■主観的健康感の向上 (自らを健康だと感じる区民を増やす)</p> <p>自らの健康に対する感じ方「主観的健康感」が良好であると、心身の健康や生活の質、寿命にもよい影響を与えるため、区民が積極的に健康を意識し、健康づくりに取り組むためのサポート体制を整え、自らを健康だと感じる区民を増やす。</p>

2 施策体系

3つの領域を設定し、さらに対策が必要な項目を分野別目標として設定し、個別の成果目標を設定

領域	区分	分野	成果目標	★：重点目標
<b>個人の行動と健康状態の改善</b>	<b>生活習慣の改善</b>	栄養・食生活	適切な量と質の食事をとる人を増やします	
		身体活動・運動	日常生活における身体活動量を増やします	
		休養・睡眠	質の高い睡眠がとれている人の割合を増やします	
		飲酒	生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人を減らします	
		歯・口腔の健康	80歳で歯を20本以上保持している人の割合を増やします	
	<b>主な生活習慣病の発症予防と重症化予防</b>	がん	働く世代のがんによる死亡率を下げます	
		糖尿病	糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らします	
		循環器病	脳血管疾患や虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げます	
		COPD (慢性閉塞性肺疾患)	COPD (慢性閉塞性肺疾患) の死亡率を下げます	
	<b>生活機能の維持向上</b>	こころの健康 ★	うつ傾向や不安の強い人の割合を減らします	
身体健康		身体機能の維持・向上を支援します		
<b>社会環境の質の向上</b>	社会とのつながり	社会とのつながりを醸成します		
	自然に健康になれる環境づくり	無理なく自然に健康的な行動をとれる環境を整備します		
	多様な主体による健康づくりの推進★	多様な主体による健康づくりを推進します		
	安心した健康づくりに取り組める環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食の安全・安心を推進し、食中毒を減らします</li> <li>●感染症予防対策を推進し、感染症の集団発生を減らします</li> <li>●かかりつけ医や在宅療養など安心して医療が受けられる仕組みを推進します</li> <li>●動物と共生できる地域社会づくりを推進します</li> </ul>		
<b>ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり</b>	子どもの健康	健康的な生活習慣を身につけている子どもの割合を増やします		
	高齢者の健康 ★	元気でいきいきと暮らす高齢者の割合を増やします		
	女性の健康 ★	ライフステージに応じた健康づくりを実践している女性の割合を増やします		

### 3 重点目標

分野別目標のうち、区民の健康づくりを推進する上で特に取組みが必要な項目「こころの健康」、「高齢者の健康」、「女性の健康」、「多様な主体による健康づくりの推進」を重点目標に設定

重点目標	<b>■こころの健康</b> こころの不調に早めに気づき、必要に応じて早期に医療機関を受診するなど、こころの健康状態を維持向上できるよう社会全体で取り組む。
	<b>■高齢者の健康</b> 高齢期になっても自立した生活を送れるようフレイル予防に取り組むとともに、フレイルの兆候に早期に気づき適切な対応をとれるよう取り組む。
	<b>■女性の健康</b> ライフステージごとに女性ホルモンが劇的に変化するという特性を踏まえ、人生の各段階における健康課題の解決を図る。
	<b>■多様な主体による健康づくりの推進</b> 区民を取り巻く多様な主体(地域団体、企業、医師会等の保健医療関係団体等)による健康づくりを推進し、社会全体で生涯を通じて切れ目なく支えるための推進体制を強化していく。

1 各分野の目標と取組み

分野別目標ごとに、「成果目標」、「現状と課題」、「成果指標とその方向」、「区取組み」、「学校等教育機関の取組み」、「関係機関等の取組みの方向性」、「区民の行動目標」を設定

記載例 (一部抜粋)

領域1 個人の行動と健康状態の改善

区分3 生活機能の維持・向上

2 身体健康

生活習慣病にかかっていなくても、日常生活に支障をきたす状態となることがあります。健康寿命とは、「日常生活に制限のない期間の平均」であり、健康寿命の延伸のためには、こうした状態にならないための取組みが必要とされています。また、「誰一人取り残さない」健康づくりの観点が重要視されており、生活習慣病の発症予防・重症化予防だけに着目しない健康づくりが重要とされています。生活習慣の改善などを通じて、心身の両面から健康を保持することで、生活機能の維持・向上を図ることが求められています。

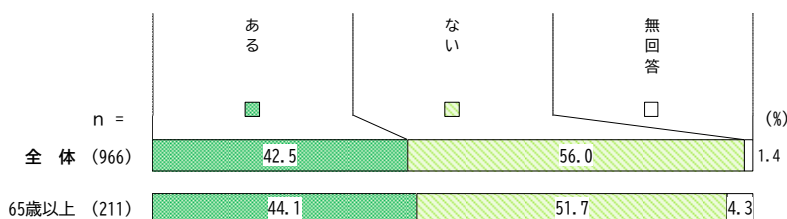
成果目標

社会生活を営むために必要な機能を維持する

1 現状と課題

「健康づくり区民アンケート」で、足や腰に痛みはある人が42.5%となっています。また、足や腰に痛みがある人のうち、日常生活に不便を感じる人は36.3%となっています。ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害によって、立つことや歩くことなどの移動機能に低下をきたした状態とされており、ロコモティブシンドロームを予防するためには、適度な運動習慣とバランスのよい食事等の望ましい生活習慣を確立できるようにする必要があります。

図4-45 足腰の痛み  
(あなたは現在、足や腰に痛みはありますか)



出典：千代田区 健康づくり区民アンケート調査 (令和6(2024)年)

2 成果指標とその方向

成果指標	現状値	指標の方向
足腰に痛みのある高齢者の割合 (65歳以上)	44.1%	減らす

### 3 区の実施体制

- ▶ フレイルの意味や予防の重要性について知識の普及啓発を行う。
- ▶ フレイル予防のために効果的な運動や食生活について普及啓発を行う。
- ▶ いつでもどこでも身体活動やスポーツができる環境の整備に努める。

フレイルを予防するため、日常生活の中で負担感なく身体活動量を増やす方法や、適切な量と質の食事について知識の普及啓発に努めるとともに、環境の整備を含めた総合的な取り組みを推進していきます。

事業名 〔担当課〕	事業内容
生活習慣病予防相談 〔健康推進課〕	社会生活を営むために必要な機能を維持し、適切な量と質の食事をとる人を増やすため、20歳以上の区民を対象に、管理栄養士による栄養相談、健康運動指導士による運動相談、医師・保健師による健康相談を実施します。

### 4 学校等教育機関の実施体制

専門家等と連携し、適切な運動、食事、休養や睡眠等の生活習慣の大切さを伝える健康教育を推進し、健康的な生活習慣の形成を支援します。

### 5 関係機関の実施体制の方向性

#### 保健医療関係団体

医療機関や薬局等の専門機関が連携しながら、身体の状態に応じた指導や支援を行うよう努めます。

#### 医療保険者・事業者など

フレイル予防のために効果的な運動、栄養・食生活について普及啓発を行うとともに、健康な高齢期を迎えて、過ごすための健康づくりの必要性について普及啓発に努めます。  
(医療保険者・区内企業など)

### 6 区民の行動目標

- フレイルの意味や予防の重要性を知り、青壮年期からフレイルを予防するための健康づくりに取り組みましょう。

総合目標、それぞれの分野別目標ごとの成果指標及び現状値について記載

記載例 (一部抜粋)

■ 総合目標

成果指標	現状値	指標の方向	出典
<b>1 健康寿命の延伸</b>			
65歳平均余命と 65歳健康寿命 (要介護2) の差	<b>男性 (要介護2)</b> 平均余命 84.45歳 健康寿命 82.80歳 <b>女性 (要介護2)</b> 平均余命 89.31歳 健康寿命 86.01歳	65歳平均余命の 増加分を上回る 65歳健康寿命の増加	東京都保健医療局 とうきょう健康 ステーション (令和4年度)
<b>2 主観的健康感の向上</b>			
自らを健康だと感じる区民の割合	82.7%	増やす	健康づくり区民アンケート (令和6年度)

■ 休養・睡眠

成果指標	現状値	指標の方向	出典
<b>【成果目標】 質の高い睡眠がとれている人の割合を増やす</b>			
睡眠で休養が十分又は ほぼとれている人の割合	十分とれている 13.4% 十分とれている・ まあとれている 64.5%	増やす	健康づくり区民アンケート (令和6年度)
睡眠時間が6~9時間 (60歳以上は6~8時間) とれている人の割合	6~9時間未満 60歳未満 58.0% 6~8時間未満 60歳以上 47.6%	増やす	健康づくり区民アンケート (令和6年度)
1週間あたり60時間以上 就業している人の割合	10.0%	減らす	健康づくり区民アンケート (令和6年度)

<第6章 千代田区自殺対策計画（第2次）（p162～179）>

1 計画策定（改定）の背景と趣旨

- 平成28年に「自殺対策基本法」が改正され、全ての都道府県・市区町村で「地域自殺対策計画」策定が義務化された。
- 区では、国の自殺総合対策大綱や区の実情を踏まえ、平成31年3月に「千代田区自殺対策計画」を策定した。
- 自殺対策計画をより包括的・多角的な観点から推進するべく、「第三次健康千代田21」に包含して「千代田区自殺対策計画（第2次）」を策定する。

2 計画の数値目標

- 自殺死亡率：第1次計画の目標値15.9を上回ることなく、複数年度にわたり減少傾向を維持
- 悩みを相談できる人がいる人の割合：令和元年から令和5年までの水準、おおむね85%を維持

3 基本方針

- (1) 生きることの包括的な支援として推進
- (2) 関連施策との有機的な連携による総合的な対策の展開
- (3) 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動
- (4) 実践と啓発を両輪として推進
- (5) 関係者の役割の明確化と関係者による連携・協働の推進
- (6) 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

4 自殺対策の推進

<b>基本 施策</b>	地域におけるネットワークの強化	<b>重点 施策</b>	働きざかり世代への支援	<b>生きる 支援の 関連施策</b>
	自殺対策を支える人材の育成		生活困窮者への支援	
	住民への啓発と周知		女性への支援	
	生きることの促進要因への支援		子ども・若者への支援	
	児童生徒のSOSの出し方に関する教育			

- ※ 基本施策 … 全ての市区町村が取り組むべき施策
- ※ 重点施策 … 地域の特性に応じた課題に対する施策
- ※ 生きる支援の関連施策 … 基本施策・重点施策とは別に本計画に関連付けられる施策

<第7章 参考資料（p180～）>

健康千代田21推進委員会の開催経過、委員名簿、健康づくり区民アンケート調査（令和6年5月実施）の概要について記載

# 第三次 健康千代田21

概要版

令和7(2025)年度～令和18(2036)年度

自分らしく健やかに暮らし、  
笑顔で成長しあえるまちを目指して



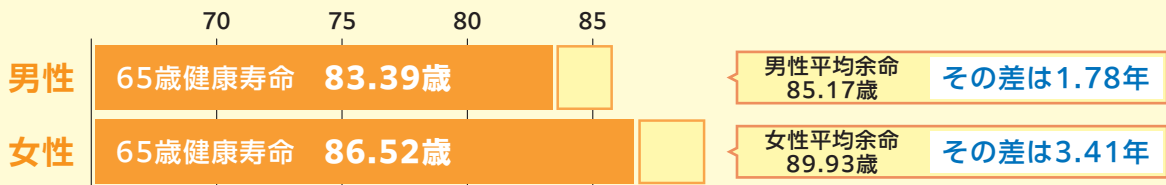
令和7(2025)年3月  
千代田区



# 1 千代田区民の健康をめぐる現状と課題

## 65歳健康寿命

65歳の人がある後、何歳まで自立した生活を送れるかを示しています。

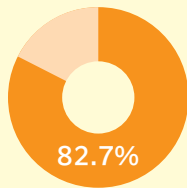


平均余命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味しています。

引用：東京保健医療局 とうきょう健康ステーション(65歳健康寿命)

## 主観的健康感

自らの健康に対してどう感じているかを示しています。



自らの健康状態をよいと感じている人は **約8割**



過去と比較し微減傾向にありますが、**8割以上**の人が自らの健康状態をよいと感じています。

主観的健康感は、心身の健康や生活の質にも影響を与えるといわれています。

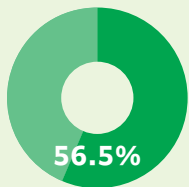


引用：令和6年度 健康づくり区民アンケート調査

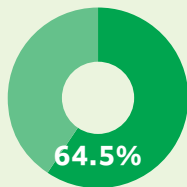


## 栄養・食生活

### 食生活



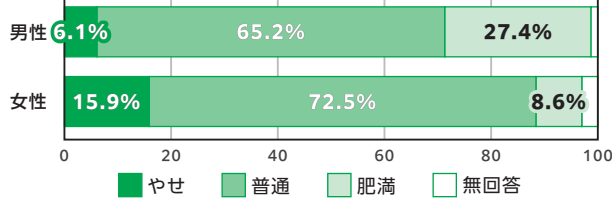
栄養バランスのとれた食事を1日2回以上ほとんど毎日とる人は **5割台半ば**



朝食をほとんど毎日食べる人は **6割台半ば**

- 栄養バランスの良い食事を毎日とる人  
年齢が上がるにつれて増加する一方、働きざかりの20～40歳代では減少する傾向にあります。
- 朝食を毎日食べる人  
男性で「ほとんどない」の割合が高く、20～40歳代、60歳代後半は2割台となっています。

### BMI



### BMI

男女で比較すると、男性は「肥満」が多く、女性は「やせ」が多くなっています。

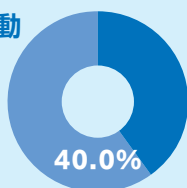


引用：令和6年度 健康づくり区民アンケート調査



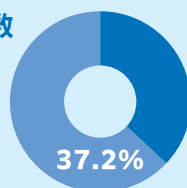
## 運動・身体活動

### 運動

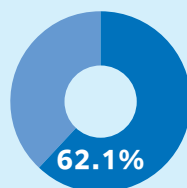


連続して30分以上の運動を週1回以上している人は **4割**

### 歩数



65歳未満 1日あたりの平均歩数6000歩以上は **3割台半ば**



65歳以上 1日あたりの平均歩数4000歩以上は **6割超え**

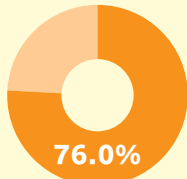
- 運動習慣  
運動習慣がある人が **4割**います。
- 1日あたりの平均歩数  
1日6000歩(60分)以上歩く人が **3割以上**います。

引用：令和6年度 健康づくり区民アンケート調査



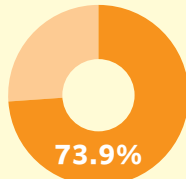
## 各種健診(検診)の受診状況

### 健診



1年以内に健診を受診した人は**7割台半ば**

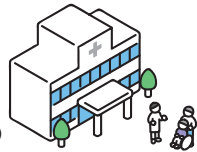
### 歯科健診



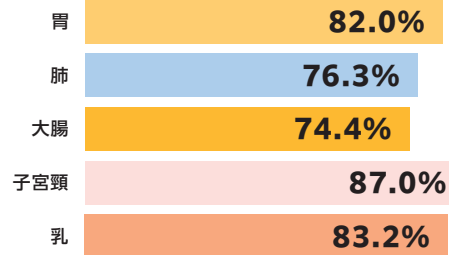
2年以内に歯科健診を受診した人は**7割超え**

#### ● 健診

- 自分が健康だと感じている人は、健康診断の受診率が**高い傾向**にあります。
- 年齢が上がるにつれて、未受診の人は増加する傾向にあります。



## がん検診 対象は40~60歳代(子宮頸のみ20~60歳代)



※胃・肺・大腸は1年以内、子宮頸・乳は2年以内

#### ● がん検診

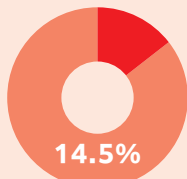
- **7割以上**の人が、がん検診を受診しています。
- がんは早期発見により治療が可能であることを**9割以上**の人が知っていました。

引用: 令和6年度 健康づくり区民アンケート調査



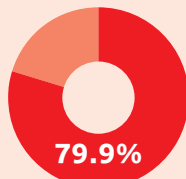
## こころの健康

### こころの健康状態



K6 (こころの健康の評価指標)が「**要注意/要受診**」の人は**1割台半ば**

### 相談相手



悩みを相談できる人がいる人は**約8割**

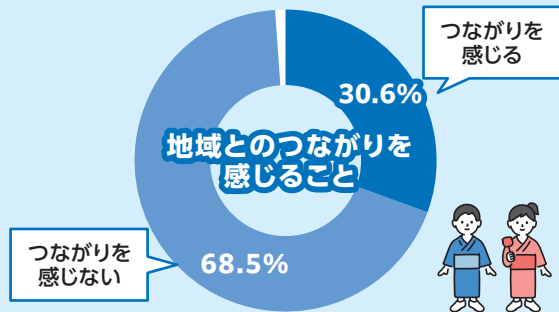
#### ● こころの健康

- 支援が必要な人の割合は**1割台半ば**となっています。
- 男女ともに**20歳代**で、その割合が**高い傾向**にあります。

引用: 令和6年度 健康づくり区民アンケート調査



## 地域とのつながり



- 地域とのつながりを感じる人のうち、ほぼ全員が地域のつながりは必要と考えています。
- 地域とのつながりを感じない人でも**約7割**が地域のつながりを必要だと考えています。

引用: 令和6年度 健康づくり区民アンケート調査



## 千代田区における健康の課題

### point 1 性別・年代の健康課題

- 若年女性 やせが多い傾向にある
- 子ども、男性 朝食欠食率が高い傾向にある
- 働きざかり世代 栄養バランスが不足する傾向にある

### point 2 こころの健康状態の改善

- こころの健康の評価指標「相談や受診が必要な人」が一定数いる
- 相談先の有無、把握 クリニックなど専門の相談先を見つけられない人が一定数いる

### point 3 生活習慣病のリスクが高い

- 糖尿病患者、メタボリックシンドローム該当者 糖尿病患者や糖尿病による透析患者数、メタボリックシンドローム該当者が増加傾向にある

## 2 第三次健康千代田21の施策体系

### 自分らしく健やかに暮らし、笑顔で成長しあえるまち



#### 総合目標



#### 健康寿命の延伸



健康に生活できる期間を延ばす



#### 主観的健康感の向上



自らを健康だと感じる区民を増やす

領域	区分	分野	成果目標
個人の行動と健康状態の改善	生活習慣の改善	栄養・食生活	適切な量と質の食事をとる人を増やします
		身体活動・運動	日常生活における身体活動量を増やします
		休養・睡眠	質の高い睡眠がとれている人の割合を増やします
		飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人を減らします
		喫煙	喫煙率を下げます
		歯・口腔の健康	80歳で歯を20本以上保持している人の割合を増やします
	重症化予防と主な生活習慣病の発症予防	がん	働く世代のがんによる死亡率を下げます
		糖尿病	糖尿病による合併症を発症する人の割合を減らします
		循環器病	脳血管疾患や虚血性心疾患の年齢調整死亡率を下げます
		COPD (慢性閉塞性肺疾患)	COPD(慢性閉塞性肺疾患)の死亡率を下げます
	生活機能の維持向上	こころの健康	うつ傾向や不安の強い人の割合を減らします
		身体の健康	身体機能の維持・向上を支援します
社会環境の質の向上	社会とのつながり	社会とのつながりを醸成します	
	自然に健康になれる環境づくり	無理なく自然に健康的な行動がとれる環境を整備します	
	多様な主体による健康づくりの推進	多様な主体による健康づくりを推進します	
	安心して健康づくりに取り組める環境の整備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食の安全・安心を推進し、食中毒を減らします</li> <li>・感染症予防対策を推進し、感染症の集団発生を減らします</li> <li>・かかりつけ医や在宅療養など安心して医療が受けられる仕組みを推進します</li> <li>・動物と共生できる地域社会づくりを推進します</li> </ul>	
ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり	子どもの健康	健康的な生活習慣を身につけている子どもの割合を増やします	
	高齢者の健康	元気でいきいきと暮らす高齢者の割合を増やします	
	女性の健康	ライフステージに応じた健康づくりを実践している女性の割合を増やします	

### 3 第三次健康千代田21の重点目標



#### こころの健康

##### 区の実施

ストレスへの対処法、また、その正しい知識などを広く周知していくとともに、こころの健康に不調を感じた人が早期に相談や医療機関での受診ができるよう取り組みを進めていきます。

##### 区民の行動目標

- ・悩みやストレスへの対処法について、正しい知識を身につけ、実践しましょう。
- ・こころの不調に気付いたときは、専門の相談窓口や医療機関を受診するなど、必要な支援を受けましょう。
- ・周囲の人の悩みやこころの不調に気付いたときは、声をかけ、話を聴き、見守りましょう。

##### 事業内容

心の相談室、こころの健康づくりの普及啓発、ゲートキーパー養成、男女共同参画センターMIW相談室など



#### 高齢者の健康

##### 区の実施

高齢者が自立した生活を送れるよう介護予防やフレイル予防について周知啓発を行うとともに、健康づくりに取り組みやすい環境の整備を進めていきます。

##### 区民の行動目標

- ・若いときから、健康な高齢期を迎え過ごすための健康づくりに取り組みましょう。
- ・高齢期はフレイル予防に関する正しい知識を身につけ実践しましょう。

##### 事業内容

区民健診、骨密度測定会、生活習慣病予防相談、食育月間、介護予防教室、高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施など



#### 女性の健康

##### 区の実施

ライフステージごとに訪れる、女性ホルモンの劇的な変化による心身への健康課題を解決するため、女性が生涯を通じて健康でいられるよう取り組みを進めていきます。

##### 区民の行動目標

- ・自らの健康状態に目を向け、健康づくりを実践するように心がけましょう。
- ・女性だけではなく、全ての人が女性のライフステージに応じた健康問題について理解するよう努めましょう。

##### 事業内容

区民健診、骨密度測定会、女性の健康週間、食育月間、ままばば学級など



#### 多様な主体による健康づくりの推進

##### 区の実施

多様な主体と連携体制を構築・強化し、健康課題を共有するとともに、様々な機会を活用した普及啓発等の取り組みを進めていきます。

##### 関係機関の取り組み

- ・学校等教育機関、保健医療関係団体などの多様な主体と連携し、健康づくりを支える取り組みの推進に努めます。

##### 事業内容

健康推進施策に関する連携協定、地域医療推進事業、栄養管理講習会、ウォーカブルなまちづくりなど



## 4 ライフコース別健康づくりの実践ポイント

妊娠によるホルモンバランスの変化により心身のバランスをくずしやすい時期です

- 将来の生活習慣病予防を見据えて、生活習慣を見直すことが大切です
- 妊娠中の飲酒や喫煙をゼロにする必要があります

生活習慣の基礎がつくられる時期です

- 基本的な生活習慣を身につけることが大切です
- むし歯のないこどもの割合を維持・向上していく必要があります

生活習慣の基礎が固まる時期です

- 家庭や学校、地域が連携し、子どもの健康を守るとともに健康的な生活習慣を身につけることが大切です
- むし歯のない子どもの割合を維持・向上していく必要があります

身体的・精神的な発達が最もめざましく、身体的な発達が完了する時期です

- 規則正しい生活習慣を確立するとともに、生活リズムを整えることが大切です
- 未成年者の飲酒や喫煙をゼロにする必要があります

		妊娠期	こども		
			乳幼児期 (0歳～就学前)	学童期 (就学後～12歳)	思春期・青年期 (13～19歳)
生活習慣の改善	栄養食生活	適正体重を知り、適正な体重増加に努めましょう バランスのとれた食生活を心がけましょう	3食規則正しく食べる食生活のリズムを身につけましょう	主食・主菜・副菜をそろえましょう 朝食は欠食せず、栄養バランスのよい食事を	運動習慣を
	身体活動運動		楽しく身体を動かす機会を持ちましょう	学校やスポーツ活動への参加を通じて運動を楽しむ習慣を身につけましょう いろいろな運動やスポーツを経験しましょう	
	休養睡眠	良質な睡眠をとれるよう心がけましょう	十分な睡眠を確保するために生活リズムを整えましょう		
	飲酒	妊娠中および授乳中の飲酒は避けましょう		飲酒が健康に及ぼす影響について理解し、20歳までお酒をのんではいけません	
	喫煙	喫煙が胎児に及ぼす影響を知り、家族とともに禁煙しましょう	受動喫煙を防ぎましょう	喫煙が健康に及ぼす影響について理解し、20歳まで喫煙をしてはいけません	
	歯・口腔の健康	妊娠中に歯科健診を受診し、適切な口腔ケアを心がけましょう	規則正しい歯みがきの習慣を身につけ、むし歯予防に努めましょう 定期的に歯科健診の受診やフッ素塗布をしましょう 口に合った食形態を意識して、口腔機能の発達を促しましょう		
生活習慣病の発症と重症化予防	将来の生活習慣病予防を見据えて、生活習慣を見直しましょう			正しい食生活や運動習慣を身につけましょう	
こころの健康づくり	悩みやストレスを感じたら周りに相談しましょう				
社会とのつながり		母子保健事業など利用してみましょう		地域の活動や行事に参加してみましょう	

### 若い女性の「やせ」について

若い女性の「やせ」が問題となっています。適正体重を下回ることで、以下のような健康リスクを生じることがあります。

#### 栄養不足

免疫力が低下し、風邪や病気にかかりやすくなります。また、骨の健康にも悪影響を及ぼします。



#### ホルモンバランスの乱れ

生理不順や妊娠への影響など、女性にとって重要な問題が発生する可能性があります。



#### 精神的な健康問題

やせることへのプレッシャーがストレスや摂食障害につながることもあります。



やせすぎを防ぎ、健康を守るために大切なのは、バランスの取れた食事と適度な運動、そして十分な休養です。必要な栄養をしっかり摂り、無理のない範囲で運動を行うことが重要です。また、心身のストレス管理も重要です。

**身体的な発達が完了し、体力の維持・増進が重要となる時期です**

- 健康的な生活習慣を実践し、生活習慣病の発症を防ぐ必要があります
- 自分のストレス状態に早く気づき、ストレスを上手に解消することが大切です



**身体機能が徐々に低下し、健康や体力に不安を感じ、生活習慣病の発症が増える時期です**

- 健康的な生活習慣を保持するとともに、定期的に健康診断を受診し、病気の早期発見・早期治療に努める必要があります
- ストレスを上手にコントロールし、こころの健康を保つことが大切です



**身体的な機能低下がみられ、個人個人の健康状況の差が大きくなる時期です**

- 身体能力を保つとともに、社会との交流のなかで、生きがいをもち、暮らすことが大切です
- 栄養や身体活動、社会参加を意識してフレイルを予防することが求められます



**成人**

成人期 (20~39歳)	壮年期 (40~64歳)	高齢期 (65歳以上)
食品を購入するときは、食品表示をチェックしましょう	主食・主菜・副菜がそろったバランスの良い食事を3食規則正しく食べましょう	主食・主菜・副菜をそろえましょう
3食食べましょう		栄養バランスに配慮しつつ、積極的にたんぱく質をとりましょう
もちましょ(30分以上の運動を週に2日以上)		
ライフスタイルに応じて手軽にできる運動を実践しましょう	通勤や外出の機会を利用して1日の歩数を増やしましょう	ウォーキングや筋力トレーニングで筋力をしっかり維持しましょう
良質な睡眠で疲れをとるよう心がけましょう		
	睡眠に問題を感じる場合には、早めに受診しましょう	
		お酒の適正量を理解し、過度な飲酒はやめましょう
		喫煙、受動喫煙による健康への影響を理解し、禁煙希望者は必要に応じて禁煙外来などを利用しましょう
		口腔の状態に合わせた歯みがきの方法を身に付け、むし歯・歯周病予防に努めましょう
		フッ化物を配合した歯みがき剤を利用しましょう
		かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けましょう
		口をたくさん動かして口腔機能の低下を予防しましょう
		適正な体重を維持しましょう
		かかりつけ医を持ち、体調を管理しましょう
		定期的に健診やがん検診を受診しましょう
		生活習慣を見直し、生活習慣病を予防する生活を心がけましょう
		悩みやストレスを感じたら周囲の人や相談機関に相談しましょう
		必要に応じて、医療機関を受診しましょう
		自分に合ったストレス対処方法を身につけましょう
		子どもを通じて、地域等の行事に参加し、顔見知りを作りましょう
		外出や交流、活動を通じて、人やまちとつながりましょう
		社会活動に参加し、役割を持ちましょう

**高齢者の「フレイル」について**

年齢とともに体力や筋力が低下し、日常生活での活動が難しくなる状態を「フレイル」といいます。体の衰えに加え、心の活力や社会的なつながりが薄れることで、要介護状態となるリスクが高まるのが特徴です。元気で長生きするために「栄養」「身体活動」「社会参加」をキーワードにフレイルを予防しましょう。



**● 栄養**

たんぱく質をしっかり摂取し、バランスの取れた食事を心がける必要があります。

**● 身体活動**

軽い運動や散歩、筋トレなどで筋力を保つことが重要です。

**● 社会参加**

就労や余暇活動などの社会参加に取り組むことが大切です。



## 5 健康づくりの実践ポイント



健康は日々の取組みの積み重ねによって作り上げられます。  
健康づくりに向けた取組みを行うためには、一人ひとりが健康について関心を持ち、知識を深めることが重要です。

### 栄養・食生活

- 主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事をとりましょう
- 野菜をプラス1皿(1皿=70g)  
1日に必要な野菜摂取量 **350g**
- 毎日、朝食を食べましょう



### 運動・身体活動

- 今より10分多く、日常生活の中で身体を動かしましょう

#### 身体を動かす目標時間

64歳以下は : 65歳以上は  
1日 **60**分以上 : 1日 **40**分以上



### 休養・睡眠

- 適度な睡眠時間を確保しましょう

#### 睡眠の目標時間

64歳以下は : 65歳以上は  
**6~9**時間 : **6~8**時間



### お酒・アルコール

- 飲酒量や休肝日を決めて、上手にお酒と付き合しましょう

#### 1日の適正飲酒量の目安

男性

純アルコール20g  
(ビール中瓶1本)

女性

純アルコール10g  
(ビール中瓶半分)



### 喫煙・たばこ

- 受動喫煙を防ぎましょう
- 禁煙に向けて、禁煙外来や禁煙支援薬局等の専門機関への相談を活用しましょう



### 歯・口腔の健康

- セルフケアを行い、定期的に歯科医院でプロフェッショナルケアを受けましょう

**セルフケア:** 毎日の歯みがき等

**プロフェッショナルケア:**

定期的な歯科健診、  
歯みがき指導等



## 健診を受けて、生活習慣病を予防しましょう!

生活習慣病は、自覚症状が少なく、気が付いたときには重症化している場合が多く、早めの発見が大切です。  
健診は、生活習慣病の原因となる項目(血圧や血糖、脂質等)を検査して、今の身体状態を知ることができます。

千代田区では、年齢に応じて対象者の方に各種健診を実施しています



第三次健康千代田21【概要版】

令和7年●月発行

編集・発行：千代田区 保健福祉部 地域保健課 健康企画係  
〒102-0073 千代田区九段北1丁目2番14号  
TEL 03-5211-8163 FAX 03-5211-8190